*Валеологический КВН «К здоровью — вместе»*

**Задачи:** Закреплять знания о том, как сохранить здоровье, обогащать словарный запас по спортивной тематике и ЗОЖ, создавать положительный эмоциональный настрой, желание заниматься спортом, воспитывать целеустремлённость, командные качества.

*В КВН принимают участие две команды.*

Дети под музыку заходят в зал и садятся на стульчики.

**Ведущий:** Мы начинаем КВН, а для начала нужно представить наши команды.

Дети представляют свои команды — Команда «Успех», наш девиз «Во всём сопутствует успех!». Команда «Удача», наш девиз: «Пусть нам повезёт».

Выбирается жюри. Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл. В конце каждого конкурса жюри объявляет итоговый результат каждой команды.

**Ведущий:** Отгадайте загадку: «Что на свете всего дороже?» *(здоровье).* Действительно, сегодня речь пойдёт о здоровье. **Итак, мы начинаем КВН!**

***1 конкурс. Разминка.***

Дети из каждой команды называют пословицы о здоровье

— В здоровом теле — …..здоровый дух!

— Солнце, воздух и вода -…. наши лучшие друзья!

— Курить- ….здоровью вредить!

— Пешком ходить – ……долго жить!

— Хочешь быть здоровым – бегай!

— Здоровому всё……здорово!

— Кто любит спорт, тот здоров и …. Бодр!

— Здоровье дороже …богатства!

***2 конкурс «Угадай-ка»***

Каждой команде показываем буквы. А команды на них говорят слова, способствующие здоровью.

«З»- зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щётка, зрение, зубная паста.

«О»-осанка, обувь, одежда, обед, овощи, отдых, организм, опрятность, осторожность.

Подсчитывается количество слов, названных командами.

***3 конкурс Спортивная викторина.***

1.Как называют человека, который занимается спортом? *(спортсмен)*

2.Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? *(зарядку)*

3.Как зовут спортсмена, катающегося под музыку? *(фигурист)*

4.Что нужно для игры в хоккей?*(клюшка, шайба)*

5.Назовите виды спорта где нужен мяч? *(футбол, волейбол, баскетбол водное поло, регби).*

6.Обувь спортсмена *(кроссовки).*

7.Удар в ворота (*гол)*

8.Вид спорта, в котором используется ружьё или лук? *(стрельба)*

9.Обувь фигуриста *(коньки)*

10.На них съезжают с гор зимой. (*санки*)

**Ведущая:** А теперь музыкальная пауза.

*Кто зарядкой занимается,*

*Тот здоровья набирается!*

Дети под музыку выполняют ритмическую гимнастику. Затем садятся на стульчики.

***4конкурс. Игра «Назови вид спорта?»***

Капитан каждой команды вытягивает карточку с изображением спортивного инвентаря, показывает команде, команда называет к какому виду спорта относится инвентарь.

1. обруч – гимнастика

2. футбольный мяч – футбол

3. шайба – хоккей

4. боксёрские перчатки – бокс

5. баскетбольный мяч- баскетбол

6. ракетка, мячик – теннис

7. ракетка, волан – бадминтон

8. резиновая шапочка, очки – плавание.

***5 конкурс «Посмотри и угадай» Конкурс капитанов.***

Вызываются капитаны команд. Каждому выдаётся картинка с изображением какого-либо вида спорта. Надо движениями и жестами показать изображаемый на иллюстрации вид спорта своей команде. Команды по очереди отгадывают.

***6 конкурс Отгадывание ребусов.***

*(лыжи, санки, городки, ракетка)*

***7 конкурс «Витаминный».***

На столах у команд два подноса с продуктами. Нужно разложить полезные и не полезные продукты. Побеждает та команда, которая разложит быстрее и правильнее.

***8 конкурс «Домашнее задание»***

Каждая команда исполняет частушки о полезных и не полезных продуктах.

**Команда «Успех»**

*1.​ Если хочешь стройным быть,*

*Надо сладкое любить,*

*Ешь конфеты, жуй ирис,*

*Строен стань как кипарис.*

*2.​ Надя ела кириешки и*

*Солёные орешки*

*Заболел у ней живот*

*Лучше б съела кашу. Вот!*

*3.​ Вы не пейте газировку,*

*Ведь она вам вред несёт,*

*А попейте лучше квас –*

*Он вкусней во много раз.*

*4.​ Наша Люба булки ела*

*И ужасно растолстела*

*Хочет в гости к нам прийти,*

*Да в дверь не может проползти.*

*5.​ Если хочешь быть здоров*

*Ешь капусту и морковь,*

*Ну а будешь чипсы есть,*

*То не сможешь в платье влезть.*

**Команда «Удача»**

*1.​ Чтобы правильно питаться,*

*Вы запомните совет:*

*Ешьте фрукты  кашу с маслом,*

*Рыбу, мёд и винегрет.*

*2.​ Очень любим молоко,*

*Детям нужно всем оно.*

*Молоко полезное,*

*Белое и нежное.*

*3.​ Молоко, кефир, бананы,*

*Крупы, масло и сметана,*

*Мясо с рыбой нам нужны,*

*Чтоб скорее мы росли.*

*4.​ Йогурт, творог, молоко,*

*Очень много кальция.*

*Зубки белые всегда –*

*И никакого кариеса.*

*5. Ешь побольше витаминов,*

*Пей морковный вкусный сок,*

*И тогда ты точно будешь*

*Очень строен и высок.*

**Ведущая:** Пока наше жюри подводит итоги отгадайте загадки:

*1.Что же это за игра?*

*Побежала детвора,*

*Мяч гоняют, кто быстрей,*

*Забивают, кто ловчей*(Футбол)

*2.Загадка эта нелегка:*

*Пишусь всегда через две К.*

*И мяч, и шайбу клюшкой бей,*

*А называюсь я ….*(хоккей)

*3.Ясным утром вдоль дороги*

*На траве блестит роса.*

*По дороге едут ноги*

*И бегут два колеса.*

*У загадки есть ответ: это мой …*(велосипед)

*4. Есть, ребята, у меня*

*Два серебряных коня*

*Езжу сразу на обоих,*

*Что за кони у меня?* (коньки)

**Ведущая:** А теперь мы даём слово членам жюри.

Жюри оценивает действия команд, награждение наиболее отличившихся.

*Пусть КВН наш надолго запомнится,*

*Пусть все желания ваши исполнятся,*

*Пусть все болезни пройдут стороной,*

*А физкультура вам станет родной!*

Дети под музыку выходят из зала.