Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение общеразвивающего вида Детский сад №35 «Росинка»

**Турнир-викторина**

**«Здоровые педагоги - здоровые и дети»**

**Подготовила воспитатель:**

**Абидова Л.А.**

**Деловая игра «Здоровые педагоги - здоровые и дети»**

**Цель:**

1. Проверить компетентность в вопросах о здоровом образе жизни.

2. Воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни.

3. Развивать чувство ответственности, коллективизма, уверенности в себе, своих силах.

**Педагоги делятся на 2 команды. За каждый правильный ответ команда получает приз (орехи)**.

Выигрывает та команда, которая соберет большее число орехов. Орехи и являются призом в игре.

Предлагаю вашему вниманию **1 задание  «Найди правильный ответ»,**

1. Закончи определение: отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие:  
•    Здоровье  
•    Сон  
•    Питание

2.Что согласно известному лозунгу, является залогом здоровья:  
•    Красота  
•    Чистота  
•    Доброта

3. Как называется наука о здоровье:  
•    Физиология

•    Геронтология  
•    Валеология

4.Существует множество пословиц и поговорок о здоровье. В какой из перечисленных пословиц допущена ошибка:  
•    Здоровье за деньги не купишь  
•    Здоровье дешевле богатства  
•    Здоровье дороже всего на свете

5. Состояние, при котором замедляется большинство  
физиологических процессов и создаются лучшие условия для восстановления работоспособности организма  
•    Сон  
•    Игра  
•    Отпуск

6. Рациональное распределение времени на все виды деятельности и отдыха в течение суток это –   
•    Игра   
•    Занятие  
•    Режим дня

**7.** У детей чаще бывает искривление позвоночника и ног, чем у взрослых. Однако дети реже ломают кости, чем взрослые. От наличия какого вещества в костях это зависит? Из каких продуктов питания организм может получить это вещество? Какой витамин необходим организму для усвоения этого вещества костями?

Ответ:

Это вещество-кальций, он придает костям твердость. Много кальция содержат молочные продукты. Витамин D способствует поступлению кальция в кости и предотвращает рахит.

8. Заяц, воспитанный в клетке, умирает при первом быстром беге. Может ли такое приключиться с человеком? Что такое гиподинамия, и чем она опасна?

Ответ:

Безусловно, если нетренированный человек будет участвовать в соревновании по бегу. Гиподинамия- малоподвижный образ жизни, опасен тем, что приводит к ослаблению мышечной системы, ожирению, заболеваниям сердца, пищеварительной системы и т. д.

9.От чего зависит здоровье детей? (организация оптимального двигательного режима; прогулка; проветривание; профилактика простуды; безопасно организованная среда; соблюдение режима дня)

10.Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии).

**2-е задание  «Кто быстрее угадает».**

(ведущий поочерёдно читает вопросы до тех пор, пока одна из команд не угадает вид спорта)

**Хоккей на траве**  
1. Игроки, которые играют в эту игру, одеты в трусы, футболки,  
гетры, бутсы или кеды.  
2. Одна команда состоит из 11 человек.  
3. Встреча длится 70 минут с перерывом между таймами 10 минут.  
4. У игроков в руках клюшки и играют они мячом.  
5. Игра ведется не на ледяных, а на травяных площадках.  
**Фигурное катание**  
1. Этот вид спорта зародился в Голландии.  
2. В 1772 году англичанин Роберт Джоусс написал первую книгу об этом виде спорта.  
3. Советские и Российские спортсмены на многих международных соревнованиях с успехом занимали и занимают призовые места.  
4. Этот вид спорта невозможен без включения музыки.  
5. Данный вид спорта называют балетом на льду.  
**Бокс**  
1. Вид спорта проходит на площадке размером 5x5 или 6x6 м.  
2. На ногах у соперников должны быть обязательно одеты мягкие ботинки без каблуков.  
3. Участники соревнований разделяются по возрасту и весу.  
4. Правила соревнований запрещают захваты, толчки, подножки, удары в область почек и т.д.  
5. Бой начинается между двумя игроками после гонга.  
  
**Настольный теннис**  
1. Данный вид спорта проходит на площадке между двумя  
игроками.  
2. Справа находится спортсмен в красной майке, слева - в синей.  
3. Для игры необходим прямоугольный стол.  
4. В руках у каждого игрока маленькая ракетка.  
5. Партнеры отбивают мяч по очереди, а подача производится в  
строго определенную часть стола.  
**Художественная гимнастика**  
1. В этом виде спорта девушка выполняет вихревые танцевальные движения с поворотами и прыжками.  
2. Виду спорта присуще: грация, динамика, ловкость и пластика.  
3. В этом виде спорта необходима музыка.  
4. Занятия проводятся в спортивном зале, на сцене, в любой просторной комнате, на любой спортплощадке и даже на лесной поляне.  
5. Кроме вольных упражнений спортсмены исполняют упражнения с различными предметами: мячом, обручем, лентой, булавами и  
т.д., и не только сольно, но и в групповых выступлениях.  
**Баскетбол**  
1. Игра ведется на прямоугольной площадке размером 26x14 м.  
2. Игрок не имеет права держать или толкать своего соперника.  
3. При выходе мяча за пределы площадки, он вбрасывается игроком противоположной команды из-за боковой или лицевой линии в  
месте выхода.  
4. Игра длится два периода по 20 минут, с перерывом 10 минут.  
5. В этой игре броски в корзину выполняются преимущественно  
одной рукой.