

ГУО «Дошкольный центр развития ребенка г. Добруша»

День здоровья

Квест-игра «На поиски Цветка Здоровья»

для воспитанников средних, старших и разновозрастной
групп

Руководитель физического воспитания

Новицкая А.А

2022

Цель: Формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.

Задачи:

1. Пропагандировать здоровый образ жизни;
2. Воспитать у детей осознанное отношение к своему организму; уважение друг к другу, чувство ответственности, умение работать в команде;
3. Способствовать сплочению детей в коллективе.

Оборудование: цветок здоровья со съёмными лепестками, 2 обруча, мольберт, маршрутные листы, баночка с микробами, картинки о здоровой и вредной пище, картинки для игры «Будь активен и здоров», гимнастические палки по кол-ву детей, канат, браслеты, медальки «Цветочки Здоровья».

Действующие лица: Здравик, Фырка, Йоник, Ростик, Огник, Вита.

Ход мероприятия:

1 часть

Утренняя зарядка для старших, средних и разновозрастной групп проводится в музыкальном зале под музыкальное сопровождение встречает Здравик.

Здравик: Здравствуйте ребята, а вы знаете кто я? (ответы детей).

Я - Здравик, из страны Семитонии - главный специалист по здоровью!

Здравиком может стать любой, только надо знать и соблюдать все правила здоровья.

Здравик: У меня есть «Цветок здоровья», который состоит из семи лепестков разного цвета. Каждый «лепесток», рассказывает о важных правилах здоровья.

Здравик: Ребята, как вы думаете, что нужно для того, чтобы быть здоровым? (ответы детей). И сегодняшний день мы начнем с зарядки.

Зарядка «Веселые человечки»

Здравик: Ну, вот зарядку мы сделали, а теперь пора и позавтракать, а позже мы с вами еще встретимся.

2 часть

Звучит музыка, дети заходят на спортивную площадку, украшенную шариками, строятся в шеренги.

Р.ф.в: Продолжается наш праздник, но кого же у нас не хватает? Где же Здравик? Давайте его позовем.

Раз, два, три, Здравик, приходи! (дети повторяют несколько раз).

Под музыку входит грустный Здравик, в руках у него стебель от Цветка Здоровья.

Р.ф.в: Здравик, что случилось?

Здравик: Подул сильный ветер и унес лепестки Цветка Здоровья! Я знаю – это проказы хлюпика Фырки!

Звучит музыка входит Фырка.

Фырка: И чего вы кричите? Что потеряли? Здоровье хотите? Хотите быть крепкими, сильными, здоровыми, чистенькими? Ничего у вас не получится, пока нет Цветка Здоровья, я вас всех заражу разными болезнями, у меня есть баночки с микробами (показывает баночки из сумки).

Здравик: Не хотим мы болеть. Где наш Цветок Здоровья? Отвечай.

Фырка: Что такое, разве вы не любите дома сидеть? Болеть, чихать, кашлять.

Здравик: Нет, мы не хотим болеть. Ребята давайте расскажем, что нужно сделать, чтобы не заболеть.

Дети: Есть витамины, лук, чеснок, спортом заниматься и закаляться.

Здравик: А давайте мы покажем Фырке, как мы заботимся о своем здоровье и занимаемся спортом!

Фырка: Ну, покажите, какие вы смелые, посмотрю я на вас! Вы должны все мои задания выполнить. За каждое правильно выполненное задание, будете получать по одному лепестку Цветка Здоровья (ХИ-ХИ-ХИ).

Здравик: Ребята, мне кажется, что эта подсказка укажет вам путь к Цветку Здоровья (маршрутные листы).

Дети двигаются по станциям.

1 Этап «Остров Эфирия» (участок разновозрастной гр) -встречает Йоник.

Йоник: Здравствуйтесь, ребята, я –Йоник, частичка воздуха живу на острове Эфирия. И у меня для вас есть игра «Тише едешь – дальше будешь», с которой вы должны справиться! Вы готовы?

Йоник: Какие вы энергичные ребята, вот вам голубой лепесток, вы прекрасно справились двигайтесь дальше. Удачи!

2 Этап «Остров Ростия» – (участок Ст «А» гр) -встречает ребят Ростик.

Ростик: Здравствуйтесь, ребята, я – Ростик, частичка зеленой флоры, предлагаю вам вспомнить о здоровой пище. Сейчас ребята я вам буду

загадывать загадки, а вы должны отгадать и найти соответствующую картинку и сказать вредное или полезное оно для нашего организма.

Ножка деревянная,
Одежка шоколадная.
На солнышке я таю,
Во рту я исчезаю. (Мороженое)

Можно сварить,
а можно разбить,
Если не прикосаться
цыпленком может оказаться. (Яйцо)

Ароматную пластинку
Разломлю на половинки
И еще на дольки -
Вот будет сколочко!
И вкусна, и сладка,
Что же это? (Шоколадка)

Не снег,
А белое всегда.
Хоть и течет,
А не вода. (Молоко)

Догадайтесь, кто такая?
Белоснежная, густая.
Сливки взбили утром рано,
Чтоб была у нас...(Сметана)

Все мы - сыновья картошки,
Но для нас не надо ложки.
Мы хрустим, хрустим, хрустим,
Угостить ребят хотим. (Чипсы)

Ростик: Молодцы ребята, за это я даю вам зеленый лепесток. Удачи!

3 Этап «Остров Витония» (на дорожке) - Ребят встречает Вита.

Вита: Здравствуйте, ребята, я –Вита – музыкальная нотка, у вас получилось выполнить задания? Молодцы.

Вита: А вы готовы к моему заданию? Тогда предлагаю станцевать мой любимый танец, но он не простой, а с ускорением. Я думаю вы справитесь!

1, 2, 3- вперед!

Вита: Ну что ж, молодцы, ребята, показали какие вы быстрые и как прекрасно вы умеете танцевать, вот вам фиолетовый лепесток. Удачи!

4 Этап «Остров Пламя» (участок Ср «Б» гр) детей встречает Огник.

Огник: Здравствуйте ребята, я Огник – источник огня. Зачем пожаловали? (ответы детей). Ну что ж, вы готовы выполнить моё задание? Предлагаю посостязаться. Поиграем в игру «Два обруча» *(Дети образуют круг держась за руки, дается 2 обруча и дети продевают обруч кто быстрее что бы один обруч догнал второй).*

Огник: Ну что ж, молодцы, ребята, показали какие вы сильные и быстрые! Держите красный лепесток, удачи!

5 Этап «Остров Хлюпия» (участок Ср «А» гр) - Ребят встречает Фырка.

Фырка: Добро пожаловать на остров Хлюпия, со мной вы уже знакомы. Я учу детей любить вредных микробов и не следить за собой. Вот мое задание которое называется «Будь не активным и не здоровым» и я знаю что вы с ним не справитесь! *(Фырка показывает разрезные картинки которые дети должны соотнести на нужные поля).*

Фырка: Ладно, какие вы умненькие и совсем мне не подходите для любителей микробов Хех, держите синий лепесток и двигайтесь дальше. Удачи!

6 этап «Остров Здоровья» (спортивная площадка) - встречает Здравик.

Друзья, а это, а спортивная станция. Хороший сон и аппетит нам дарит физкультура, кипучую энергию для игр и прогулок. Чтоб ангиной не болеть и простуды не бояться, советую физической культурой заниматься! И на этой станции мы проведем спортивные соревнования. Дети делятся на две команды.

Появляется Фырка.

Фырка: Ну что? У вас получилось выполнить все задания?

Дети: Да!

Фырка: А как докажете?

Здравик: А сейчас ребята из полученных лепестков соберут Цветок Здоровья. *(дети собирают)*

Фырка: Хорошо, хорошо, вы сильные, ловкие, смелые и самое главное здоровые! Забирайте свой Цветок!

Здравик: Как я и говорил: Здравиком может стать любой, главное знать и соблюдать все правила здоровья. Я хочу вручить вам браслеты Здоровья, они означают что вы всегда будете здоровенькими, сильными и ловкими (раздает браслеты).

Здравик: Нам пора в свою страну Семитонию, всем вам желаем заниматься физкультурой, соблюдать правила личной гигиены, закаляться и не болеть, быть настоящими Здравиками.

Фырка: До новых встреч!