МАОУ «Школа-интернат №113» г. Перми,

корпус 3 «Начальная школа-детский сад для слабовидящих обучающихся» г. Перми

**КВЕСТ-ИГРА «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СТРАНЕ ЗДОРОВЬЯ»**

**Старшая и подготовительная группы**

Воспитатели: Каримова Р. М., Шишкина Е. А.

Учителя-дефектологи: Бусунова И. В., Каримова Д. Р.

Пермь, 2020

**Квест-игра «Путешествие по Стране Здоровья»**

**Старшая, подготовительная группа**

**Задачи:**

- Продолжать формировать у детей представление о здоровом образе жизни; закрепить основные составляющие здоровья.

- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью и потребность к здоровому образу жизни.

- Способствовать развитию познавательного интереса, мыслительной активности, воображения, внимания, умения ориентироваться по плану.

- Создать условия для двигательной активности детей, для формирования ловкости, быстроты, взаимовыручки.

**Материал:** круги 4 цветов по количеству детей, путевые листы на каждую команду, игра «Собери сердце» (из 8 частей) на каждую команду, набор картинок «Здоровые и вредные продукты», зеленый и красный смайлики, набор картинок «Что вредно, что полезно для глаз», игровая карточка «Найди предметы на картинке», набор картинок «Полезные и вредные продукты», зеленый и красный смайлики, игра «Танграм», схема «баскетболист», 4 конуса, 4 мяча, 8 снеголепов, 25 – 30 шариков, поднос с правильными сладостями, выложенными в форме сердца).

**Ход:**

Здравствуйте, ребята! При встрече мы с вами здороваемся. А что это значит - здравствуй? *(«Здравствуй» значит – будь здоров. Мы желаем здоровья.)* В пословице говорится: «Хочешь себе здоровья – здоровайся со всеми».

Вставайте все в круг.

Говорю тебе «Привет!»

Улыбнись скорей в ответ.

Здравствуй правая рука,

Здравствуй левая рука,

Здравствуй друг, здравствуй друг,

Здравствуй весь наш дружный круг.

Я предлагаю вам отправиться сегодня в путешествие по Стране Здоровья. Вы согласны? Мы с вами разделимся на 4 команды. Выберите себе круг *(на 4 подносах разложены круги разных цветов)*. *Дети встают по командам, выбирают капитана.*

Каждая команда получит вот такие путевые листы. *(Показать.)* Стрелки покажут, в каком направлении вам надо двигаться.

Вам будут предложены разные задания. За каждое правильно выполненное задание, вы получите подсказки, которые помогут вам в последнем испытании.

*I остановка. «Чтобы быть здоровым, надо заниматься спортом».*

Эстафеты:

- «Муравьиный шаг». Дети парами идут «муравьиным шагом» до конуса.

- «Перенеси мячик» парами без помощи рук (способ выбирают дети).

- «Витаминки разбежались». Кто больше соберет шариков снеголепами.

*Дети получают подсказки за каждое выполненное задание.*

*II остановка. «Здоровье – правильное питание!».*

Предлагаю отгадать загадки.

Я бываю манною,

Гречневой, овсяною,

Рисовой и пшенной,

В варке очень скорой.

Насыпайте осторожно,

Ведь рассыпать меня можно.

Нет меня важней продукта

И всему я голова.

Ведь пшеничный я отличный

И ржаной любим всегда.

*Хлеб*

*Крупа*

Белая водица

Всем нам пригодится.

Из водицы белой

Все, что хочешь, делай:

Сливки, простоквашу,

Масло в нашу кашу,

Творожок на пирожок.

Кушай, Ванюшка-дружок!

Ешь да пей, гостям налей

И коту не пожалей!

*Молоко*

Из сливок взбивается,

Сливочным называется.

Утром бутерброд

С ним положишь в рот.

*Масло*

Молока я гуще,

Для блинов я лучше.

В щи и борщ меня кладут

И к пельменям подают.

*Сметана*

Можно из меня котлеты

И бифштексы сделать,

Фрикадельки налепить,

Отбивных наделать.

*Мясо*

Хоть молочный я продукт,

Любят меня мышки.

Любят дырочки мои

Взрослые, детишки.

*Сыр*

Собирают нас в саду, Мы – продукты с огорода,

На хранение кладут. Много тут у нас народа.

Сок, варенье и компот Для здоровья мы важны

Нужны людям круглый год. И к столу всегда нужны.

*Фрукты* *Овощи*

Шелестит одежда наша.

Не понять, кто краше.

Посмотри, что есть внутри.

Одежду с нас сними.

*Конфеты*

Ловят в море нас, в реке,

Даже в океане.

Кушай нас хоть каждый день,

Полезные мы сами.

*Рыбные продукты*

Все загадки отгадали. Скажите, все загадки о полезных продуктах? Молодцы, заработали 1 подсказку.

Чтоб здоровым оставаться, надо правильно питаться. Проверим, знаете ли вы, какие продукты полезные для здоровья, а какие вредные?

*На столе разложены картинки с изображением полезных и вредных продуктов.*

Выберите, пожалуйста, продукты, вредные для здоровья и положите их к красному смайлику, а полезные продукты – к зеленому.

*Выполнение задания детьми. Проверка правильности выполнения.*

Еще 1 подсказку заработали.

А сейчас предлагаю поиграть**.** *Проведение игры «Совершенно верно».*

Если вы согласны со мной, говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно», если нет – топайте ногами».

- Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок!

- Если хочешь толстым быть надо сладкое любить. Ешь конфеты, жуй ирис – толстым стань, как кипарис!

- Чтобы правильно питаться, вы запомните совет: ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и винегрет!

- Не забудь перед обедом пирожком перекусить, кушай много, чтоб по больше свой желудок загрузить!

- Нет полезнее продуктов – вкусных овощей и фруктов. И Сереже, и Ирине, всем полезны витамины!

- Если хочешь быть здоровым, правильно питайся, ешь побольше овощей, с болезнями не знайся!

*III остановка. «Наши помощники – глазки».*

Отгадайте загадку: «В маленькие дверцы весь мир входит». Правильно, глаза. Благодаря нашим глазам мы получаем почти всю информацию об окружающем мире. Но чтобы наши глаза хорошо видели их надо беречь.

А вы знаете что полезно, а что вредно для наших глаз. Я буду показывать вам картинки. Если на них изображено то, что полезно – вы хлопаете в ладоши, если вредно – топаете. *(Дети выполняют задание).*

1. Смотреть близко телевизор.

2. Носить окклюдер.

3. Лечить глаза специальными каплями.

4. Регулярно проверять зрение у врача-офтальмолога.

5. Острые предметы.

6. Трогать глаза грязными руками.

7. Принимать специальные витамины.

8. Делать зрительную гимнастику.

Молодцы. Вы отлично справились с заданием – знаете, что необходимо делать для сохранения зрения.

Ваши глаза зоркие и внимательные? Проверим?

Мы разделимся на 2 группы. Каждой группе нужно найти на картинке 8 предметов, которые изображены внизу и закрыть их разноцветными кругами.

*За каждое выполненное задание команда получает подсказку.*

*IV остановка. «Здоровый человек – умный человек».*

Ребята, как Вы считаете, здоровый человек должен быть умным? *(Да.)*

Проверим, какие виды спорта вы знаете. *(Дети называют.)* А сейчас предлагаю сыграть в игру «1,2,3 – фигура спортсмена на месте замри».

Показ схемы для Танграма «баскетболист». Какой спортсмен изображен здесь? Выложите его. *Дети выкладывают из Танграма баскетболиста по схеме.*

*После прохождения всех испытаний дети собираются в музыкальном зале.*

Все задания выполнили? Много подсказок собрали? Если вы соберете все подсказки вместе, то вы сумеете закончить мое предложение «Здоровье – это…».

*Дети выполняют задание по командам*.

Сможете теперь закончить предложение: «Здоровье – это …?». Правильно, «Здоровье – это доброе сердце».

У нас тоже есть доброе сердце, которое мы дарим вам *(на подносе Правильные сладости, выложенные в форме сердца)*.

*Педагог читает:*

Здоровье для человека –

Самая главная ценность.

Каждый твёрдо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

И всегда дружить с водой.

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот тебе и весь секрет!