

Конспект развлечения
(квест - игры)
для детей старшего дошкольного возраста
«Путешествие к Старичку- Здоровичку»

Подготовили:
Воспитатели МБДОУ
д/с № 12 «Колосок»
Кучумова Т.Э.
Симакова Е.В.
Нимбуева Е.Б.

г. Улан – Удэ
Май 2019 год

Цель: формировать у детей представление о здоровом образе жизни посредством здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

Образовательные:

- подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен заботиться о своем здоровье с детства;
- закрепить ранее полученные знания о соблюдении режима дня, личной гигиены, правильном питании.

Коррекционно - развивающие:

- обогатить двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве и координацию движений;
- развивать у детей умение обосновывать свои ответы, совершенствовать связную речь.

Воспитательные:

- воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, любознательность, познавательную активность;
- продолжать воспитывать интерес к физическим упражнениям, формировать навыки взаимодействия со сверстниками.

Материалы и оборудование: декорации леса, мультимедийное оборудование, муляжи орехов с загадками, муляжи продуктов для дидактической игры «Вредные и полезные продукты», картинки для составления «Режимной цепочки».

Предварительная работа: беседы на тему «Здоровый образ жизни», «Здоровье в наших руках», отгадывание загадок о фруктах и овощах, предметах личной гигиены, рассматривание альбома «Лекарственные растения».

Ход мероприятия:

Дети в группе сидят на ковре полукругом

Звучит музыка(звуки сильного ветра) в группе появляется Муравей с кленовым листом.

Воспитатель: Здравствуй, муравей! Как ты здесь оказался?

Муравей: Здравствуйте, ребята! Мне очень нужна ваша помощь!

Воспитатель: Что у тебя случилось?

Муравей: В моем муравейнике все заболели, а я не могу им помочь.

Все началось с того, что злой паук украл у нас картинку «Как быть здоровым», порвал ее и разбросал по всему лесу. Эту картинку нам подарил старичок - Здоровичок, а теперь, чтобы все поправились, мне нужно вернуть картинку в муравейник. (Муравей грустно опускает голову)

Ребята! Вы можете мне найти картинку?

Дети: Да, конечно мы тебе поможем.

Воспитатель: Чтобы преодолеть дальнюю дорогу, мы с вами должны быть бодрыми, сильными и выносливыми. А что нам в этом помогает каждый день?

Дети: Зарядка!

Воспитатель: Конечно же зарядка! Муравей присоединяйся к нам!

Чтоб в дорогу нам собраться,

Нужно спортом заниматься,

Чтобы выполнить зарядку –

Встанем дружно по порядку

(Под ритмичную музыку дети выполняют упражнения с элементами аэробики)

Воспитатель: Молодцы! Теперь мы можем отправиться в путь.

Звучит музыка (звуки леса) дети идут по тропинке (спокойная ходьба)

На пути встречается еж, он сидит на пеньке опустив голову.

Муравей: Здравствуй, ежик! Что случилось? Почему ты такой грустный?

Еж: Здравствуйте! Вчера я промочил ноги в холодном ручье, и теперь у меня заложен нос.

Воспитатель: Ребята! А как можно помочь ежу?

Дети: Нужно сделать точечный массаж вокруг носа. А чтобы не заболело горло, нужно его прополоскать родниковой водой (закаливание)

Воспитатель: Правильно, молодцы! Попробуй ежик!(еж вместе с детьми и муравьем делает точечный массаж и полоскает горло)

Еж: Спасибо, ребята! А что вы делаете в лесу? Куда направляетесь?

Муравей: Мне ребята помогают мне искать картинку «Как быть здоровым», которую злой паук порвал и разбросал по лесу, и после этого все в муравейнике заболели.

Еж: Недавно, под своим кустом я нашел кусочек, возьмите, может вам он пригодится!

Муравей: спасибо тебе, еж! До свидания!

Не бойся, закаляйся! Нам пора идти дальше.

Дети проходят дальше, выходят на полянку, а там заяц лежит и конфеты кушает (рядом с ним много конфетных фантиков)

Воспитатель: Здравствуй, Заяц! Где ты взял столько конфет? Много конфет есть нельзя, они очень вредны для здоровья!

Заяц: Да я здесь, на полянке, нашел корзину с разными продуктами, все перепробовал, но конфеты оказались самыми вкусными! (поглаживает свой живот)

Воспитатель: Ребята! Давайте расскажем зайцу о вредных и полезных для здоровья продуктах и поможем разобраться, какие из них полезнее.

Сейчас мы с вами поиграем! (Д/и «Полезные и вредные продукты»)

У нас есть корзина с разными продуктами и мешок для мусора. Нужно собрать вредные продукты в мусорный мешок, а полезные оставить в корзине, и объяснить зайцу, почему данный продукт вреден или приносит пользу.

Заяц: Вот спасибо большое! Теперь я буду кушать все только полезное!

А вы что делаете в нашем лесу? Куда направляетесь?

Муравей: Мы с ребятами идем искать картинку «Как быть здоровым», которую злой паук порвал и разбросал по лесу, и после этого все в муравейнике заболели.

Заяц: Понятно. Я тут недавно нашел кусочек, подумал что это фантик от вкусной конфеты...

Возьмите его, может вам пригодится.(Заяц уходит, дети продолжают путь)

Муравей: Спасибо, заяц! Пригодится

Воспитатель: Ребята! Вы не устали? Может быть немного отдохнем?

Дети: Да, отдохнем

Звучит медленная, спокойная музыка (Пение птиц), дети ложатся на ковер на спину и закрывают глаза.

Муравей: Как хорошо, но нам пора идти дальше.

Все встают и продолжают движение по поляне, раздается негромкий плач

Воспитатель: Слышите ребята? Кто – то плачет...

Под деревом сидит белочка (Плачет, прикрыв лицо ладонями)

Муравей: Здравствуй, белочка! Почему ты плачешь? Тебя кто – то обидел?

Белочка: Нет, у меня болят зубы и я не могу щелкать свои любимые орешки

Воспитатель: А ты ухаживаешь за своими зубами?

Белочка: Нет, а это обязательно?

Дети: Конечно! (дети объясняют белочке, как нужно ухаживать за зубами и полостью рта).

Далее воспитатель загадывает загадки о предметах гигиены для зубов и полости рта(загадки находятся внутри орехов).

Муравей: Теперь, милая белочка, ты знаешь как нужно ухаживать за зубами.

Белочка: Да, спасибо вам большое!

А вы что в лесу делаете?

Муравей: Мы с ребятами идем искать картинку «Как быть здоровым», которую злой паук порвал и разбросал по лесу, и после этого все в муравейнике заболели.

Белочка: кажется в моем дупле есть что – то похожее на кусочек картинки, я сушила грибочки и нашла его на ветке (приносит фрагмент картинки и отдает муравью). Может вам пригодится?

Муравей: Конечно пригодится! Спасибо Белочка! До свидания! Береги свои зубки! А нам пора идти дальше.

Далее на пути ручей (полоса препятствий и оздоровительная ходьба). Дети вместе с муравьем проходят босиком по камням, песку, воде и по деревянному речному мостику. Все оказываются на другой стороне поляны.

(Далее звучит медленная, грустная музыка)

Под кустом сидит волк и придерживает лапку

Воспитатель: Здравствуй, волк! Что случилось? У тебя что – то болит?

Волк: Здравствуйте! Я бежал по лесу и запнулся об паутину, теперь у меня болит передняя лапа. Мне нужна целебная трава, чтобы приложить на лапу, только я не знаю какая...

На экране мультимедиа появляются слайды с изображением целебных трав (ромашки, подорожника, тысячелистника и брусничника) Муравей рассказывает о их целебных свойствах.

Муравей: У тебя ушиб, нужно приложить лист подорожника.

Дети прикладывают на лапу волка лист подорожника

Волк: вот спасибо вам! Вы мне очень помогли!

А что вы делаете в лесу?

Дети: Мы помогаем муравью искать картинку, которую злой паук порвал и разбросал по всему лесу.

Волк: Посмотрите – ка, когда я запнулся и упал, то нашел кусочек картинки, может он вам пригодится?

Муравей: Да, конечно пригодится! Спасибо! До свидания! Нам пора.

Звучит ритмичная музыка, сменяется на настораживающую, тревожную

На тропинке появляется злой паук.

Паук: Куда это вы направляетесь?

Муравей и дети: мы идем к старичку Здоровичку, чтобы попросить у него новую картинку, которую ты порвал.

Паук: Только преодолев мою крепкую паутину, вы сможете продолжить свой путь.
(натянута паутина из мягких нитей)

Дети, воспитатель и муравей проходят через паутину

Воспитатель: Вы все молодцы! Мы с вами преодолели паутину, отправляемся дальше.

Звучит веселая музыка

На пути стоит избушка

Муравей: Кто же здесь живет? Давайте постучимся? (стучит в окошечко)

Из избушки выходит добрый старичок Здоровичок

Муравей: (радостно восклицает): Здравствуй, старичок Здоровичок!

Наконец мы с ребятами до тебя добрались!

Здоровичок: Что вас ко мне привело?

Муравей: У нас в муравейнике все заболели, а картинку «Как быть здоровым», которую ты нам подарил, злой паук порвал и разбросал по всему лесу. Ребята и лесные жители помогли нам отыскать некоторые части картинки, но кажется чего – не хватает...

Здоровичок: А ну – ка, давайте посмотрим!

Дети и муравей раскладывают фрагменты картинки

Здоровичок: Действительно не хватает одного кусочка.

Недавно, гуляя по лесу, я его нашел (отдает муравью фрагмент рисунка, дети собирают картинку полностью)

Здоровичок: Теперь, муравей, ты сможешь помочь друзьям, все снова будут здоровы!

А еще, я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма.

Муравей: Спасибо большое тебе, старичок Здоровичок!

Мы поможем не только моим друзьям и лесным жителям, но и всем людям быть здоровыми!

(Проводится акция. Дети во время прогулки раздают буклеты «Как быть здоровым»)