

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №3 «Солнышко» г. Лахденпохья
186730 Республика Карелия г. Лахденпохья у. Трубачева д.1 тел: 8(81450)47489
e-mail: sadik-solnishko3@mail.ru

Квет-игра: «Путешествие за секретами здоровья!»

Цель: Создание условий для становления ценностей **здорового** образа жизни у дошкольников и развитие межполушарных связей у детей старшего дошкольного возраста посредством использования квест-игры с применением нейропсихологических игр и упражнений.

Задачи:

Образовательные: формирование у детей представления о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания, режима дня и чистоты тела;

Развивающие:

развитие нейродинамических и познавательных процессов головного мозга (внимания, памяти, речи, мышления);

Воспитательные: воспитание у детей навыков и потребности в здоровом образе жизни, желание заботиться о своём здоровье; желания работать в команде; воспитание выдержки, настойчивости, стремления побеждать.

Оборудование: мешочек с предметами гигиены для определения на ощупь (мочалка, мыло, шампунь, зубная щётка, полотенце, расческа; листы бумаги, цветные карандаши, камушки Марблс, нейротаблицы).

Ход занятия:

Проходите ребята! Вставайте в круг! Меня зовут Светлана Леонидовна! Сегодня я проведу для вас занятие! Ребята, посмотрите, сколько у нас гостей. Давайте мы с ними поздороваемся, но необычным способом. Я буду показывать движения, а вы повторяйте за мной.

Ладони «вверх» (*ладони поворачиваем «вверх»*)

Ладони «вниз» (*ладони поворачиваем «вниз»*)

Ладони «набок» (*ладони ставим «стеночками»*)

И сжали в кулачок (*сжимаем пальчики*)

Ладони вверх подняли (*поднимаем руки вверх*)

И «здравствуйте!» - сказали. (*дети здороваются*)

- Ребята, а ведь мы не просто поздоровались с гостями, а пожелали им здоровья! А как вы думаете, что такое здоровье? (ответы детей)

Вывод: Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее всё получается. Когда человек здоров он всегда улыбается. Давайте посмотрим друг на друга и улыбнемся. Подарим улыбки и нашим гостям.

Приходит голосовое смс на телефон воспитателя...

- Ребята, кажется мне на телефон пришло голосовое сообщение с неизвестного номера, давайте его послушаем: «Дорогие ребята, в стране Здравландии Злобус-Микробус похитил и растерял наши секреты здоровья. Помогите , пожалуйста, найти все секреты! Чтобы мы снова стали улыбаться и были здоровыми!»

Чтобы помочь жителям этой страны, нам необходимо будет выполнить все задания . Если мы правильно выполним задания , то на экране один за другим будут появляться секреты здоровья. Нам их всех нужно собрать! Предлагаю отправится в это необычное путешествие!

Но чтобы попасть в страну Здравляндию, надо дружно произнести волшебный пароль: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!» (и при этом хлопать в ладоши на каждое слово). Вот мы и на месте!

1. И перед нами первая улица под названием «Витаминная»

Ребята, а что это такое витамины? (овощи и фрукты)

Вывод: Витамины — это такие вещества, которые нужны нашему организму для его укрепления. Они делают нас крепкими, активными, помогают не заболеть, а детям — хорошо расти.

Послушайте задание:

Перед вами на столах лежат необычные картинки. А что же на них нарисовано? (груша и яблоко) . Как одним словом можно их назвать?(фрукты). Ваша задача обвести их по контуру двумя руками одновременно, т.е. и левой и правой рукой сразу (*показываю действие в воздухе*) . Берите фломастеры и приступайте к выполнению задания.

(После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку «Правильное питание» и получают первый секрет здоровья , а я делаю вывод)

2. А сейчас мы с вами попадаем на улицу с интересным названием- «Загадочная».

Ребята, чтобы выполнить это задание , нужно сначала отгадать загадку (поднять руку, чтобы я видела кто готов мне дать ответ), а потом , я подойду к кому то из вас и вы в мешочке на ощупь найдете загаданный предмет.

1. По утрам и вечерам чистит-чистит зубы нам.

А днем она отдыхает и в стаканчике скучает. (Зубная щетка.)

2. Вафельное и полосатое, ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою. Что это такое? (Полотенце.)

3. Этот банный ухажер – беспощадный массажер.
По спине начнет гулять. И здоровья всем желать (Мочалка.)

4. Мы ею пользуемся часто, хоть она, как волк, зубаста.
Ей не хочется кусать, ей бы зубки почесать. (Расческа.)

5. Не существует он в природе, он создаётся на заводе,
Им моем голову мы чисто и пахнет он, ой как душисто! (шампунь)

6. Ускользает, как живое, очень юркое такое.
Белой пеной пенится, руки мыть не ленился. (Мыло)

Ребята, о чем были загадки?(ответы)- Правильно! А это все нам необходимо для соблюдения гигиены нашего тела!

Вывод: Чистота кожи, здоровые зубы, забота о волосах – это неотъемлемые компоненты поддержания здорового внешнего вида.

После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку - «Гигиена».

А вот и еще один секрет здоровья мы с вами добыли! Молодцы!

3. Следующая улица на нашем пути называется «Воздушная»

Я вам предлагаю поиграть. Задание следующее : перед вами на полу лежат картинки с изображением определенной позы человека. Позы- это положение принимаемое человеком.

Когда заиграет музыка, вы ходите вокруг картинок и пританцовываете.

Когда музыка остановится, вы тоже останавливаетесь и повторяете движение изображенное на картинке напротив вас.

После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку «Свежий воздух»

Вывод: игры на свежем воздухе благоприятно влияют на организм !
Молодцы!И тут вы справились с заданием!

4. Сейчас мы пройдем с вами на улицу «Режимная»

-Ребята, а что такое режим дня? (ответы детей)

Вывод: Режим -это когда выполняются все дела в течении дня по времени, как у вас в детском саду. Он включает в себя: гигиену, правильное питание, сон, прогулки на свежем воздухе и спорт. Все те секреты здоровья, которые мы с вами нашли во время нашего путешествия.

Присаживайтесь за столы и выслушайте следующее задание: у каждого из вас на столах лежат разноцветные таблицы с картинками. Ваша задача указательный палец левой руки положить на таблицу слева, а палец правой руки на таблицу справа. И по моей команде двумя пальчиками одновременно найти одинаковые картинки левой и правой таблицы.

После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку!- «Режим дня»

Правильный режим дня укрепляет здоровье!
Какие вы умнички! Здорово выполнили задание!

5. Ну, что будем двигаться дальше? **А на пути нас уже поджидает следующая улица- «Спортивная»**

Задание: Подойдите, пожалуйста к столу, и возьмите в правую руку лист бумаги, а левую руку спрячьте за спину. Ваша задача смять листок правой рукой, чтобы получился комочек. А потом спрятать за спину правую руку и смять комочек левой рукой. Справились, молодцы!

А сейчас за «Машей»стройтесь друг за другом и по очереди,закиньте комочек сначала правой рукой (левая рука за спиной), попав в середину обруча. А потом это же проделать с комочком в левой руке (правая рука за спиной)- *(каждое действие показываю)*

После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку «Спорт».

Еще один секрет здоровья , вы ребята, нашли (добыли)! Ведь спорт и физические упражнения необходимы для здорового образа жизни!

6. **Продолжаем наш путь. Следующая остановка на «Улице эмоций»**

Наше путешествие , к сожалению, подходит к концу и я хочу , предложить вам игру. Вам нужно собрать из этих разноцветных камушков смайлик! Если вам занятие понравилось-соберите смайлик с улыбкой, если что то вас не устроило-тогда грустный смайл.

После выполнения задания дети слышат звук смс и видят на экране картинку! «Хорошее настроение»

Какие замечательные рожицы у вас получились! Все улыбаются! Ведь хорошее настроение-это еще один секрет здоровья!

Ну, вот мы и справились со всеми заданиями! И какие же секреты здоровья мы помогли найти жителям Здравляндии? *Слайд на экране....Перечисляем...*

Приходит голосовое смс(жители благодарят за помощь) «Ребята, все жители нашей страны благодарят вас за помощь! Вы нашли все секреты здоровья! Спасибо вам!»

Ребята, а нам пора возвращаться в детский сад. Давайте возьмемся за руки, закроем глаза и произнесем наш волшебный пароль «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

Вот мы и вернулись в родной д/с! А я хочу сказать вам спасибо! Вы большие молодцы! И хочу подарить вам на память о нашей встрече вот такие медали за участие!!!

