***Муниципальное дошкольное***

***образовательное учреждение***

***Детский № 32 «Зоренька»***

***Пермский край г. Чайковский***

***Старший воспитатель***

***Мехоношина С.Ю***

***Музыкальный руководитель***

***Борисенко Н.А***

***Инструктор по физической культуре***

***Машина Т.Н.***

***Квест –игра «В поисках секретов здоровья»***

***Для родителей и детей старшего***

***дошкольного возраста***

***Цель:***  формирование представлений о здоровом образе жизни.

***Задачи:***

— расширять знания детей о спорте, активном отдыхе как неотъемлемой части здорового образа жизни;

— закреплять представления о культурно-гигиенических навыках, о гигиене тела, одежды;

— формировать представления о полезной пище, о блюдах;

— развивать быстроту, ловкость, творческие способности;

— развивать монологическую и диалогическую речь.

- воспитывать активную жизненную позицию: двигательную активность, бодрость духа, позитивное настроение.

***Материалы и оборудование***:

* карта – схема станций: «Спортивная, «Здоровые привычки», «Здоровое питание», «Хорошее настроение»;
* плакат – пазл «Мы выбираем здоровье»;
* картинки с продуктами питания, видами спорта, здоровыми привычками, смайлики хорошего настроения;
* бросовый материал для массажной дорожки;
* коврики для ЛФК;
* мячи, обручи, кегли, конусы для эстафет;
* одноразовые перчатки, апельсины для выжимания сока;
* парики, бантики, галстуки для ряженья.

***Действующие лица: Нехочуха Замарашкина, Апельсинка –витаминка, Спортик,***

***Доктор Пилюлькин, Улыбка***

***Ход игры.***

***Дети с родителями входят в зал, их встречает ведущий. Приветствует.***

***Входит Нехочуха Замарашкина***

***Ведущий.*** Здравствуй, девочка, проходи.

***Замарашкина***: Нехочу

***Ведущий.*** А почему?

***Замарашкина***: Потому что у меня все болит,

и ноги, и руки, и голова, сил нет

***Ведущий.*** А ты зарядку делаешь по утрам?

***Замарашкина***: Нет, не хочу

***Ведущий.*** А почему ты такая грязная, не

опрятная, измазанная чем-то.

Не умываешься совсем и зубы не чистишь?

***Замарашкина***: Потому что не хочу, слышите - не хо-чу-у-у-у-у (чихает, кашляет)

***Ведущий.*** Да, видно ты совсем заболела, да еще кашляешь, холодную воду пила?

***Замарашкина***: А я не хочу пить теплую…

***Ведущий.*** Ребята, вы наверное догадались, как зовут эту девочку?

***(ответы детей)***

Конечно Нехочуха. Надо ее срочно спасать

***Замарашкина***: Нехочу.

***Ведущий.*** Мы с ребятами сегодня идем искать секреты здоровья, чтобы быть

здоровыми, сильными, успешными, счастливыми. Предлагаем пойти с

нами.

***Замарашкина***: Я подумаю……

***Ведущий.*** А мы и думать не будем, а отправляемся по карте на поиски секретов

Здоровья!



***Вручается детям карта-схема движения.***

***Замарашкина***: Ладно, так и быть, я тоже с вами.

***Дети с родителями и Замарашкина отправляются по карте***

***Первый секрет на станции – «Спортивная». Встречает Спортик.***

******

***Спортик.*** Всем известно, всем понятно

Что здоровым быть приятно

Только надо знать, как здоровым стать.

В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен!

Проживешь сто лет – вот и весь секрет!



Эстафеты. 1. Легкая атлетика 2. Баскетбол. 3. Лыжные гонки. 4. Санный спорт.

***На пазле дети совместно с родителями приклеивают картинки «Виды спорта»***

******

***Второй секрет на станции – «Здоровые привычки». Встречает Доктор Пилюлькин.***

******

***Пилюлькин.*** Рад вас видеть я, друзья, все ли вы здоровы?

**Дети.** Да!

***Пилюлькин.***  Посмотрю из своих очков на кончики ваших язычков.(*ходит)*

А это что за девочка чумазая?

***Дети***. Нехочуха Замарашкина.

***Пилюлькин.***  Да, видно она совсем не знает про здоровые привычки.

Давайте ей расскажем.

***Дети с родителями говорят о здоровых привычках.***

******

***Вместе делают массажную дорожку для закаливания.***

******

***На пазле, дети совместно с родителями, приклеивают картинки «Здоровые привычки»***

******

***Третий секрет на станции – «Здоровое питание». Встречает Витаминка***

***Витаминка***. Полезная еда залог здоровья,  
 Об этом знает каждый, стар и млад,  
 В еде здоровой море витаминов,  
 А, витамины это – просто клад!  
 Еду готовим с правильных продуктов,  
 Со свежих фруктов, свежих овощей,  
 Морковь, петрушка, яйца, сыр, сметана,  
 Печенка, тыква, рыба, сельдерей!



***Проводится игра «Положи в корзину здоровые продукты»***

И это только часть еды полезной,  
 Питаться нужно правильно всегда,  
 Не забывать о качестве продуктов,  
 Здоровому питанию хвала.

***Витаминка предлагает детям и родителям выжать из апельсина сок.***

***(детям и родителям раздаются одноразовые перчатки)***

******

***На пазле, дети совместно с родителями, приклеивают картинки «Здоровые продукты»***

***Четвертый секрет на станции – «Хорошее настроение», встречает Мисс Улыбка.***

***Улыбка***. Вижу у вас очень хорошее настроение.

Вы нашли секреты здоровья?

***Дети.*** Да! (перечисляют, показывая пазлы с картинками)

******

***Улыбка***. Но есть еще один замечательный секрет здоровья – это хорошее

настроение

Дарите друг другу тепло и улыбки

Прощайте обиды, чужие ошибки

Улыбка всесильна и стоит награды

Всего лишь улыбка – здоровье в порядке!

Предлагаю «украсить» наше замечательное настроение

***(дети и родители наряжаются) (парики, бантики, галстуки, шарфики)***

******

***Игра «Пять обезьянок», Танец –игра «Я – банан»***

******

***На пазле, дети совместно с родителями, приклеивают смайлики «Хорошее настроение»***

******

***Пазлы собирают все вместе – получается «Мы выбираем здоровье»***

***Фото на память***

******