

Квест-игра «Поход на остров «Здоровья».

Занятие провели: Шлюндт Г.А
Орехова Т.Н



Цель: формирование у детей представления о здоровом образе жизни.

Задачи:

Образовательные:

- продолжать формировать представление детей о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни;
- расширять представление о витаминах и полезных продуктах, в которых они содержатся.

Развивающие:

- развивать физические качества — мышечную силу, выносливость, координацию движений;
- упражнять в ходьбе по дорожке шагов с целью профилактики плоскостопия.

3. Воспитательные:

- воспитывать у детей навыки и потребность в ЗОЖ, желание заботиться о своем здоровье;
- воспитывать у детей желание оказывать помощь другим.



Организация на занятие



Колокольчик мой дружок!
Собери детей в кружок!
Дружно за руки беритесь
И в кружочек становитесь!



Сюрпризный момент (рюкзачок)



«Здравствуйте, дорогие ребята! Мы, жители острова Здоровья, просим вас о помощи. Злой Микроб украл все наши улыбки. Мы давно уже не улыбались, от нас ушло здоровье, очень просим: «Помогите нам!» Но чтобы нам помочь, вам предстоит пройти испытания. Мы верим, что вы сильные и смелые и обязательно справитесь. В помощь мы вам отправляем «Волшебный клубок».

Удачи вам! Жители острова «Здоровья».

Вводная часть квеста: ходьба друг за другом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом влево, вправо.



Все виды ходьбы направлены на укрепление основных групп мышц рук, ног и туловища.

Остров «Витаминный»



Познакомили детей с полезными и вредными продуктами питания, витаминами, с их значением для здоровья человека

Корригирующая ходьба по «Дорожке шагов».



Дорожки шагов применили с целью: профилактика и коррекция плоскостопия, закаливание организма, развития чувства равновесия и координации движений.

Остров «Спортивный» «Заячья зарядка»



Выполняя упражнения для рук, ног, туловища, дети учатся управлять своими движениями, производить их ловко, координировано, с заданной амплитудой в определенном направлении, темпе, ритме.



Преодоление препятствия

Прыжки из обруча в обруч.

Прыжок — один из видов основных движений — оказывают положительное воздействие на весь организм ребёнка. При их выполнении усиливается кровообращение и дыхание, развиваются мышцы ног, живота и всего туловища, укрепляются связки и суставы нижних конечностей.

Встреча с Доктором Айболитом

Дети получили элементарное представление о **микробе**, как источнике большинства болезней

Советы Айболита

- *Умывайтесь по утрам и вечерам.*
- *Мойте руки после игры, прогулки и туалета.*
- *Мойте руки перед едой с мылом.*
- *Кто спортом занимается, тот силы набирается..*
- *Чаще гулять на свежем воздухе.*





Преодоление препятствия

**Ходьба, с перешагиванием
через стелы**

**Ходьба, перешагивая
через предметы**
развивает глазомер,
координацию движений,
приучает не «шаркать» ногами.

Остров «Здоровья»

Встреча с жителями острова,
Вручение подарков
(улыбки, мыло, витамины)



Подвижная игра «Кот и мыши»

Цель игры: учить действовать согласно словам текста, формировать у детей навыки активности, развивать смелость, ловкость, быстроту действий.



Возвращение в группу (элемент перевоплощения)



**Раз, два-повернись! Три, четыре – покружись!
Ребята в группу возвратитесь!**

**«Берегите здоровье
смолоду» — этот
девиз отражает
необходимость
укрепления
здоровья ребенка с
первых дней его
жизни. Растить
детей здоровыми,
сильными,
эмоциональными —
задача каждого ДООУ.**



*Спасибо
за
внимание*

