

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Озерский детский сад»

Конспект развлечения по здоровьесбережению в подготовительной группе №1

Игра-квест «Лучики здоровья»

Подготовила воспитатель: Руднева Т.Н

2022г.

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

Задачи:

Обучающая

- Закрепить ранее полученные знания о **здоровом образе жизни**;

Развивающая

- Развивать познавательный интерес;
- Развивать воображение, смекалку;
- Развивать психические качества (*воля, целеустремленность, самоконтроль*);

Воспитательная

- Воспитывать уважение друг к другу, чувство ответственности, умение работать в команде.

Оборудование: модель солнца, предметы гигиены (мыло, расческа, полотенце, зубная щетка, картинки носа, уха, рта, глаза, сюжетные картинки с изображением режимных моментов, корзина с муляжами продуктов питания и т. д.

Предварительная работа: **подготовить** презентацию с фотографиями детей в режимных моментах (зарядка, прогулка, двигательная деятельность, хождение по массажным дорожкам, глазодвигательная гимнастика, самомассаж); разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок с детьми.

Структура НОД:

1. Организационный момент
2. Д/и «*Мешочек гигиены*»
3. Д/игра «*Что лишнее*»
4. Д/и «*Наши помощники*»
5. Д/и «*Режимная цепочка*»
6. Физминутка. «*Сделай как на картинке*»
7. Д/и «*Полезные и вредные продукты*».
8. Задание «*Зашифрованное слово*».
9. Итог

Ход НОД.

- 1) Организационный момент

Воспитатель: В одной стране жил счастливый, сияющий мальчик, его звали Неболейка. Потому что он был **здоровым и никогда не болел**. В той стране жил Бармалей, ему не нравился этот мальчик. Он решил отобрать у него **здоровье и спрятать**. И в один день Бармалею удалось отобрать **здоровье Неболейки**, и мальчик тут же заболел. Так и живет мальчик Неболейка, пытаюсь найти свое **здоровье**.

- А что значит быть **здоровым**? (*ответы детей*). А какой был мальчик? (*ответы*) А что еще сияет ярко? (*ответы*) Правильно, солнышко! Наше **здоровье** можно сравнить с солнышком, у которого много **лучиков**, эти **лучики** живут в каждой клеточке нашего организма. Посмотрите вот оно. Какое оно? (*грустное*) Почему, как вы думаете? (*у него нет лучиков*). Нам нужно найти **лучики и тогда здоровье вернется к мальчику**. Но не так просто найти и собрать все **лучики**, на пути нас ждут препятствия, которые мы должны преодолеть. Вы согласны? Тогда отправляемся в путь.

2) Д/и «*Мешочек гигиены*»

На пути встречается мешочек. Д/и «*Мешочек гигиены*»

- Ребята, чтобы узнать, что там лежит - нужно отгадать загадки. (Дети отгадывают загадки о предметах гигиены. Угадавшие на ощупь находят предмет в мешочке, и рассказывают об их назначении.)

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.

Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (*мыло*)

2. Мягкое, пушистое, беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой

Буду чистый и сухой. (*полотенце*)

3. Как ты выглядишь красиво! Симпатично, очень мило,

Аккуратная причёска, помогла тебе... (*расческа*)

4. Глаза я крепко закрываю,

В голову его втираю,

А потом водой смываю.

Это средство для волос,

Может быть даже без слез. (*Шампунь*)

5. Я в кармане караулю реву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез не забуду и про нос. (*Плоток*)

6. Костяная спинка, жесткая щетинка, с мятной пастой дружит, нам усердно служит. (*зубная щетка*)

— Молодцы, все загадки отгадали, рассказали, для чего предназначены эти предметы гигиены и за это получаете первый **лучик**.

- Первый **лучик найден**. Продолжаем поиски.

3) Д/и «*Что лишнее*»

Разложены картинки, где в каждом ряду есть лишняя картинка (*нос, ухо, рот*)

-Ребята давайте посмотрим на эти картинку, что тут изображено?

-Нос, глаза, уши, как назвать одним словом?

4) Д/и «*Наши помощники*»

Закрепить знания детей об органах слуха, зрения, обоняния и осязания. Провести эксперименты: закрыть глаза, а потом повторить движение; закрыть уши, а потом повторить сказанное слово; закрыть нос и не дышать;

Подвести детей к выводу, что человек, который не видит или не слышит, мало что может рассказать об окружающем; так же он не может не дышать.

5) Д/и «*Режимная цепочка*»

-Ребята посмотрите, на столе у нас разбросаны картинки, что на них изображено?

А давайте все сложим по порядку.

Дети раскладывают в определенной последовательности сюжетные картинки с изображением режимных моментов, объясняют важность того или иного процесса (пробуждение-умывание-зарядка- завтрак-занятия-прогулка на свежем воздухе-обед-дневной **сон-полдник-прогулка-игры-подготовка ко сну-сон**).

6) Физминутка. «*Сделай как на картинке*»

Воспитатель показывает детям по одной карточке, где изображен человек, в определенной спортивной позе. Ребята за несколько секунд запоминают картинку и пытаются повторить.

Дети идут дальше и попадают на поляну полезных и вредных продуктов.

7) Д/и «*Полезные и вредные продукты*».

-Помните мы с вами говорили о вредных и полезных продуктах?

Кто помнит, какие продукты нам нельзя есть?

А от каких продуктах можно воздержаться?

Сейчас мы с вами поиграем. У меня в руке две корзинки, одна с полезными, другая с вредными продуктами. Я рассыпаю их на ковер, а вы должны сложить их обратно.

Дети отбирают картинки полезных продуктов, и складывают в корзину. Сладости, чипсы, жвачки оставляют.

8) Задание «*Зашифрованное слово*».

-Посмотрите сколько **лучиков мы собрали**, но осталось еще одно место для одного **лучика**.

Перед вами находятся картинки, которые стоят по порядку. Надо назвать первую букву каждого слова, и прочитать полученное слово. И тогда мы **получим последний лучик**.

Слово – закаливание (зима, арбуз, коньки, абрикос, лыжи, игла, вода, ананас, нитка, игрушки, ель).

9) Итог.

Ребята, внимательно посмотрите друг на друга. Глазки у всех сверкают, на лицах добрые улыбки. Почему вы все улыбаетесь? Какое у вас настроение? Мы проделали с вами большой путь, выполнили столько заданий и нисколько не устали, потому что

Соблюдаем?

- режим дня
- правильно питаемся
- заботимся о своем **здоровье**, теле
- делаем зарядку, занимаемся спортом
- закаливаемся

— Все это создает нам хорошее настроение. — Если вдруг **случится**, что у вас плохое настроение, вспомните про **лучики здоровья**, и оно обязательно к вам вернется. — Посмотрите, солнышко тоже заулыбалось, радуется за вас, потому что вы нашли все **лучики и вернули мальчику здоровье**.

И мальчик Неболейкин передал вам в благодарность угощение.