

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

игра - квест по станциям здоровья

Цель:

- систематизация и обобщение ранее полученных знаний по здоровому образу жизни и спорту;
- приобретение в игровой форме новых жизненно необходимых знаний по ЗОЖ;
- содействие развитию коммуникативных качеств детей
- формирование умения работать в команде.

Действующие лица:

Доктор Айболит

Ведущий

Обезьянка Чи-чи

Ход

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята! Мы рады приветствовать вас в нашем зале. Сегодня мы все вместе отправимся в удивительную страну «Здоровья». Ведь здоровье – это самая главная ценность человеческой жизни и мы хотим, чтобы вы были веселы и здоровы и занимались спортом. А как вы думаете, кто знает о здоровье всё, всё, всё? Кто помогает больным зверюшкам?

Дети. Доктор Айболит

Ведущий: Да, правильно - это знаменитый **Доктор Айболит**. Он познакомит нас с этой удивительной страной. Давайте его позовём.

Входит Доктор Айболит

Доктор Айболит: Здравствуйте, дорогие ребята. Я очень рад нашей встрече. Конечно, же я знаю всё, всё, всё о здоровье и как его сохранить. Чтобы стать быть здоровым человеком, необходимо вести здоровый образ жизни, соблюдать правильный режим дня, питания и закаливания, любить спорт, не болеть.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Доктор Айболит: А что вы знаете о здоровье и спорте?

1 ребёнок: Спорт, ребята, очень нужен.
Мы со спортом очень дружим.
Спорт- помощник! Спорт- здоровье!
Спорт- игра! Физкульт- ура!

2ребёнок: Каждый день по утрам
Делаем зарядку.
Очень нравиться нам
Делать по порядку:

Зребёнок: Весело шагать,
Руки поднимать,
Приседать и вставать,
Бегать и скакать!

Доктор Айболит: С кем, ребята, вы дружны? Знать об этом все должны!

Дети: Солнце, воздух и вода-
Наши лучшие друзья!

Доктор Айболит: Все собрались? **Дети:** Да.

Доктор Айболит: Все здоровы? **Дети:** Да.

Доктор Айболит: Прыгать и играть готовы? **Дети:** Да.

Доктор Айболит: Ну тогда подтянись - на разминку становись.

ПЕСНЯ «ФИЗКУЛЬТМИНУТКА».

Доктор Айболит: И я очень серьёзно подготовился к нашей встрече, я захватил с собой свой знаменитый медицинский чемоданчик, в котором у меня хранятся нужные для здоровья витамины. (открывает чемоданчик). Ой, что же случилось? Куда же подевались все рецепты с названиями витаминов. Все пузырьки без надписей, а в чемоданчике остались только обрывки от рецептов. Как же я теперь ребятам объясню, какие витамины нужно принимать. Надо позвать обезьянку **Чи-чи**, она должна знать, что произошло.

(зовут обезьянку **Чи-чи**) В зал заходит грустная, плачущая Обезьянка **Чи-чи**

Доктор Айболит: Чи-чи, что произошло, куда подевались все названия.

Чи-чи: (всхлипывая) Доктор Айболит, это проделки Бармалея, это он все перепутал и разорвал все рецепты и названия, я пустилась за ним следом в погоню, но не смогла его догнать и ветер разнёс часть рецептов по стране Здоровья.

Доктор Айболит: Ребята, а вы можете мне отыскать части рецептов?

Ведущий: Чтобы найти эти части вам предстоит пройти испытания в стране «Здоровья», путешествуя по станциям и выполняя задания друзей Айболита, вы сможете узнать, какие же витамины нужны нам для здоровья. Вот вам маршрутный лист с указанной очередностью прохождения станций. В добрый путь! Хорошего вам путешествия! (группа делится на две команды)

ОПИСАНИЕ СТАНЦИЙ

СТАНЦИЯ № 1

"Лечебная"

Реквизит: 2 комплекта карточек: первый -- с названиями трав; второй – с болезнями.

Собачка-игрушка (голос записан): Здравствуйте ребята, к сожалению, болеть приходится почти всем. Но наша матушка-природа побеспокоилась о том, чтобы помочь человеку справиться со своими болезнями и недомоганиями своими травками да растениями. У меня – два комплекта карточек: один - с названиями трав; второй – с болезнями, которые лечатся при помощи этих трав. Необходимо правильно разложить карточки. За правильный ответ – подсказка.

Варианты:

1. Ромашка – ангина
2. Малина - высокая температура

3. Подорожник - порезы, ссадины
4. Мать-и-мачеха - кашель
5. Чеснок - грипп
6. Черника - болезни глаз
7. Алое -- насморк

СТАНЦИЯ № 2

"Скорая помощь"

Реквизит: укомплектованная в соответствии с условиями конкурса аптечка

Обезьянка Чи-Чи: Помогите ребята правильно собрать аптечку и за это вы получите подсказку.

СТАНЦИЯ № 3

"Всезнайка"

Крокодил-игрушка (голос записан): Ребята, давайте проверим, как хорошо вы разбираетесь в спорте. И поэтому предложим вам спортивный наш кроссворд.

По вертикали: (

1. Стань-ка на снаряд, дружок.
Раз – прыжок, и два – прыжок,
Три – прыжок до потолка,
В воздухе два кувырка!
Что за чудо-сетка тут?
Для прыжков снаряд — **Батут**
2. У него - два колеса
И седло на раме.
Две педали есть внизу,
Крутят их ногами. **Велосипед**
3. Гоняют клюшками по льду
Её у нас всех на виду.
Она в ворота залетит,
И кто-то точно победит. **Шайба**
4. Я его кручу рукой,
И на шею и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу. **Обруч**

По горизонтали:

1. По полю команды гоняют мяч,
Вратарь на воротах попался ловкач.

Никак не дает он забить мячом гол.
На поле играют мальчишки в **Футбол**

2. Не пойму, ребята, кто вы? Птицеловы? Рыболовы?
Что за невод во дворе? – Не мешал бы ты игре,
Ты бы лучше отошёл, мы играем в... **Волейбол**

3. Есть, ребята, у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих.
Что за кони у меня? **Коньки**

4. Корт, сетка, мячик и ракетки.
Подачу шлёт ударом метким
Соперник. Я отбить надеюсь.
Спорт этот называют... **Теннис**

5. Он лежать совсем не хочет.
Если бросить, он подскочит.
Чуть ударишь, сразу вскачь,
Ну, конечно – это.... **мяч**

СТАНЦИЯ № 4

"Спортивная"

Доктор Айболит: Ну, что, ребята, как успехи? Удалось собрать все части? Движение – жизнь! Этот лозунг проверило на себе уже не одно поколение людей. Только активный образ жизни, а еще лучше – спортивно-физкультурный поможет нам с вами спастись от целого ряда болезней, И я предлагаю вам заработать последние кусочки. Командам необходимо выполнить задания.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ. Дети собирают из 4-х кусочков рецепт (морковь А), (яблоко С)

Доктор Айболит: Молодцы, ребята. Отлично справились с заданиями.

Морковь. В этих овощах находится самый богатый источник витамина А. Морковный сок улучшает пищеварение, аппетит, структуру зубов, повышает сопротивляемость организма инфекциям. Морковь оказывает благоприятное действие на оптическую систему человека.

Яблоки. Этот фрукт богат витамином С. Отличное укрепление сердечно сосудистой системы. В этих фруктах много кроветворных элементов. Благоотворно влияет на процессы пищеварения и усвоения пищи.

Доктор Айболит: А наше путешествие подошло к концу. Надеемся, что вы, ребята, еще не раз захотите побывать в этой стране Здоровья. Пусть каждый ваш день будет наполнен здоровьем, радостью и полноценной жизнью.

ОБЩАЯ ПЕСНЯ

Доктор Айболит уходит.

МАРШРУТНАЯ КАРТА КОМАНДЫ 1

КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ «ЛЕЧЕБНАЯ»

Название станции	№1 Лечебная	№2 Скорая помощь	№3 Всезнайка	№4 Спортивная

МАРШРУТНАЯ КАРТА КОМАНДЫ 2

КВЕСТ НАЧИНАЕТЕ СО СТАНЦИИ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ»

Название станции	№1 Скорая помощь	№2 Всезнайка	№3 Лечебная	№4 Спортивная