***Гра-квест для дітей середнього дошкільного віку***

***Тема: Разом до здорового майбутнього***

**Мета:** закріпити знання дітей про частини тіла, їх призначення, елементарний догляд; вміння обирати серед продуктів корисні для здоров’я; вправляти у навичках самомасажу, розрізненні видів спорту; розумінні впливу негативних звичок на організм людини. Формувати вміння логічно висловлювати свої думки. Розвивати бажання зміцнювати своє здоров’я, вести здоровий спосіб життя; вміння робити висновки під час дослідницької діяльності. Виховувати прагнення піклуватися про власне здоров’я;

позитивне ставлення до фізичних занять.

**Матеріал:** банер, ІД, презентація, дидактичні ігри, необхідний одяг та матеріал для досліду, валеологічний кубик, емблеми, рукавиці, килимки.

**Методи і прийоми:** сюрпризний момент, ігри, досліди

**Хід гри:**

**Ведуча:** Доброго дня всім. Діти, на цьому тижні ми багато дізналися про здоров’я. Веселинка і Добрик пропонують цікаву гру.

**Ведучий:** Рада вітати вас на сьогоднішній грі-квесті «**Разом до здорового майбутнього»**

Дозвольте пояснити: квест – це спортивно-розважальна командна гра. Під час неї команда переміщується від станції до станції та виконуює різноманітні завдання.

Пропоную одягнути емблеми нашої команди «Живчики»

**Пригадаємо наш девіз:**

«З фізкультурою дружу

І хворобу прожену.

Хто здоровий той сміється,

Все йому в житті вдається!»

**Ведучий:** Цей квест присвячений здоров’ю та всьому, що з ним пов’язане. Мета команди – виконати всі завдання! Напрямок руху вкажуть стрілки на підлозі та карта, що надіслали Добрик та Веселинка.

**Ведучий:**

Для успішного просування команди вперед і подолання перешкод дотримуйтесь правил.

**Правило 1**. Відвідуйте станції суворо за порядком, написаним в вашому маршрутному листі

**Правило 2.** Застосовуйте при виконанні завдань вашу енергію! У вас все вийде, рухайтесь далі та перемагайте!

Бажаю успіхів!

Розгляньмо карту:

**1Станція «Частини тіла»**

На кожному квадраті зображено частину тіла або обличчя.

(Діти називають, визначаємо призначення, догляд та складаємо разом «валеологічний кубик»).

Яка наступна зупинка?

**2 станція «Самомасаж»**

Сідаємо у коло на килимки. Давайте зробимо нашому тілу масаж рукавичками. Одягніть їх на руки. Легко проведіть по щічках, підборіддю…

Яка наступна зупинка?

**3 станція «Корисний обід»**

Необхідно визначити, які продукти та страви корисні, а які шкідливі для нашого здоров’я.

Яка наступна зупинка?

**4 станція «Лабораторія»**

Пригадаємо, як поводитися в лабораторії:

Уважно слухати!

Чи чіпати нічого без дозволу!

Спочатку одягнемо спеціальний одяг для дослідників.

Зараз ще раз переконаємось у шкідливості вживання кольорових напоїв.

Мені допоможе … налити напій у лійку.

Погляньте, колір ватного диску змінився? Підсумуємо, що кока-кола та фанта мають багато кольорового барвнику, що залишається у нашому шлунку, потім може боліти живіт.

А давайте приготуємо вітамінний напій. Пригадайте, які це можуть бути напої. (чаї)

Візьміть вологу серветку, витріть гарно руки. Беремо склянку, шматок лимону. Я наливаю водичку. Візьміть трубочку та розколотіть. Тепер можете посмакувати.

Яка наступна зупинка?

**5 станція «Олімпійська»**

Увага на екран. Всі ви знаєте, я вам говорила, зараз проходять зимові олімпійські ігри. Завдання впізнати вид спорту.

Яка наступна зупинка?

**6 станція «Рухлива»**

Займіть свій квадрат на килимі. Увага на екран.

Руханка

Остання наша зупинка

**7 станція «Дерево здоров’я»**

Ви дуже розумні діти, справжні живчики. Яких правил необхідно дотримуватися, щоб бути здоровим, і що шкодить здоров’ю.

**Згадайте приказки про здоров’я:**

В здоровому тілі – здоровий дух.

Без здоров’я немає щастя.

Все можна купити, а здоров’я ні.

Овочі на столі – здоров’я у домі.

Здоров’я всьому голова.

Чистота запорука здоров’я.

Здоров’я дорожче за багатство.