

**Цель:** учить детей применять правила сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни.

**Задачи:**

1. Обобщить и расширить знания детей о полезных продуктах, о взаимосвязи здоровья и питания. Формировать потребность в соблюдении культурно – гигиенических навыков.
2. Развивать интерес к решению задач, возникающих в ходе игры – квеста; физические качества: ловкость, координацию, моторику. Способствовать развитию любознательности и познавательной активности.
3. Воспитывать желание быть здоровым.

**Оборудование:**

- проектор, планшет, музыкальная колонка;
- стойка «джунгли»;
- модель корабля (конструктор «Полидрон Гигант»);
- карта с маршрутом движения по острову;
- надувной бассейн;
- удочки (по количеству детей);
- зубные щетки (по количеству детей);
- 2 ведра красного и зеленого цвета;
- компас, бинокль;
- комплект карточек для дидактической игры «Вредное - полезное»;
- макет пасти крокодила;
- антисептик, влажные салфетки;
- соль для ванн или другой сыпучий материал;
- соляная лампа;
- пинцеты пластиковые (по количеству детей);
- бусины – фрукты;
- декоративный шнур (для изготовления браслета);
- игрушки – вирусы;
- книга «Охота на вирусы» в дополненной реальности (4D);
- лекарственные травы в мешочках;
- термос с отваром шиповника; одноразовые стаканчики;
- сундук;
- игровой тоннель;
- декорации;

- игровое оборудование для игр с водой и сыпучими материалами.

### **Предварительная работа:**

- ✓ съёмка домашних видеороликов «Я отправляюсь на остров Здоровья»;
- ✓ совместное мероприятие с центром медицинской профилактики «Осторожно, вирусы!»;
- ✓ цикл бесед «Если хочешь быть здоров»;
- ✓ знакомство с пословицами: «Чисто жить – здоровым быть!», «Кто аккуратен – тот людям приятен», «Кто любит спорт – тот бодр и здоров»;
- ✓ чтение художественной литературы: «Почему надо чистить зубы?» Н. Мигунова, «Чистота – залог здоровья» Н. Белова;
- ✓ дидактическая игры «Лекарственная полянка»; «Какой витамин спрятался в фрукте»;
- ✓ просмотр обучающих мультфильмов: Смешарики «Азбука здоровья»; Фиксики «О витаминах».

### **Виды детской деятельности:**

- коммуникативная;
- познавательная;
- игровая;
- продуктивная;
- двигательная.

**Продолжительность:** 30 минут

### **Ход игры – квеста:**

*Дети - пираты у себя в группе строят из конструктора «Полидрон гигант» корабль.*

#### **Капитан приглашает занять места в корабле:**

Эй, пираты, все сюда!

Поплывем мы в чудеса.

Дивный остров в море есть, а сокровищ там не счесть!

#### **Помощник капитана:**

Что за тайны он хранит?

И чем сегодня удивит?

Разберемся мы все вместе,

Веселясь в пиратском квесте!

**Команды капитана:** отдать швартовый, поднять якорь, полный вперед!

**Звучит «Шум морской волны»**

**Капитан:** Что там вдали на горизонте?

**Пиратик 1:** (смотрит в бинокль) Земля! Земля!

**Помощник капитана:** Наконец – то, добрались!

**Капитан:** Встать на якорь! Пришвартоваться! Сойти на берег!

**Помощник капитана:** Мы добрались до острова, на котором нас ждут невероятные приключения!

**Капитан:** А какие приключения, нам расскажет пиратская карта.

**Остров встречает пиратов картой. Дети подходят к карте, рассматривают маршрут, 8 станций. Обсуждают, какие задания их ждут на пути.**

**Пиратик 2:** Чтобы нам не сбиться и не заблудиться в пути, поможет компас! В путь!  
(на компасе изображены станции)

#### **Станция 1 «Джунгли»**

**Капитан:** Преодолеть это препятствие и пробраться через джунгли смогут только самые смелые и ловкие пираты! Есть у нас такие?

Дети проходят через «Джунгли» и попадают в музыкальный зал.

**Раздается плач: Ой-ё-ёй, мой животик, болит, болит!**

**Помощник капитана:** Слышите? Кто-то зовет на помощь.

**Пираты смотрят на компас**

#### **Станция 2 «На помощь обезьянкам»**

Дети подходят к семье обезьянок, одна из них жалуется на боль в животе.

**Капитан:** Пираты, как вы думаете, почему такая неприятность случилась с обезьянкой?

**Предполагаемые ответы детей:** съела что-то плохое, неправильно питалась и др.

**Помощник капитана:** Поможем обезьянке разобраться в полезных и вредных продуктах? Да здесь целое «продуктовое озеро»!

**Пиратик 3:** Можно порыбачить, я и удочку прихватил!

**Игра «Озеро вредных и полезных продуктов»**

**Пираты делятся на две команды с помощью считалки:**

**Полезные и Вредные.**

После игры дети рассказывают обезьянке, чем полезен или вреден тот или иной продукт.

### **Пираты смотрят на компас**

**Станция 3 «Лекарственная полянка»** дети отправляются дальше в путь и попадают на поляну (сенсорная комната)

**Капитан:** Когда мы бодем, то не всегда нужно бежать за таблетками в аптеку. Нас окружает много растений, которыми можно лечиться.

Растения, которые используются для лечения разных заболеваний, называются **лекарственными**.

**Помощник капитана:** Какие лекарственные растения знаете вы?

**Предполагаемые ответы детей:** ромашка, подорожник, крапива, брусника, шиповник, боярышник, календула и др.

**Капитан:** Чтобы попасть на лекарственную поляну, мы должны преодолеть тоннель. Но и тут не все так просто! Жители острова собрали лекарственные травы и сложили их в мешочки. Не ошибись! Возьми только нужный!

**После сбора мешочков, дети рассказывают, для чего употребляют это растение, чем полезно.**

**Пиратик 4:** А я взяла с собой в путешествие витаминный напиток «Клюквенный»!

**Помощник капитана:** Очень хорошо, во время привала мы его обязательно попробуем.

### **Пираты смотрят на компас**

**Станция 4 «Видеописьмо от крокодила»** (фрагмент мультфильма «Птичка Тари»).

**Помощник капитана:** Крокодил плачет, у него разболелись зубы.

**Дети подходят к макету пасти крокодила. Делают выводы, что крокодил не заботился о своих зубах.**

**Капитан:** Как же помочь крокодилу? Может измерить ему температуру? Или сделать укол?

**Пиратик 5:** Ему надо рассказать и показать, как заботиться о своих зубах, чтобы они всегда были здоровыми и не болели!

**Помощник капитана** чистит крокодилу зубы.

**Просмотр мультфильма из серии «Синий трактор» - «Зубки в ротике живут»**

### **Игра «Научим жителей острова правильно чистить зубы»**

**Капитан:** Что-то я очень устал, а вы? Нужно немного отдохнуть, приляжем под пальмами.

**Станция 5: «Привал»**

**Пиратик 6:** Я взяла с собой планшет, он часто выручает меня во время долгих путешествий. **«Охота на вирусы» - рассказ детям о том, что в мире существует множество опасных вирусов.**

**Помощник капитана:** Какой вирус атакует людей на всей планете?

**Пиратики (хором):** Коронавирус!

**Капитан:** Как мы можем себя защитить?

**Пиратик 7:** Носить маску, перчатки, обрабатывать руки антисептиком. Мне всегда бабушка покупает антисептик. (достаёт из рюкзака)

### **Пираты обрабатывают руки**

**Помощник капитана:** Сейчас, когда руки у всех чистые, можно попробовать вкусный напиток!

**Капитан:** Доставай, пиратик, термос!

### **Пираты пробуют напиток**

**Помощник капитана:** Что-то мы засиделись, руки ноги не шевелятся.

**Помощник капитана:** Надо размяться и сделать **«Пиратскую зарядку»**

### **Сверяют с компасом**

**Станция 6: Динамическая пауза** (проводит ребенок)

**Пираты смотрят на компас и отправляются дальше (комната Воскобовича)**

**Станция 7: «Пещера»**

**Помощник капитана:** Жители острова приготовили для нас подарки, фруктовые браслеты и оставили в пещере.

**Капитан:** Но вдруг в пещере началась соляная буря, порвались браслеты, растерялись красивые бусины. Нужно срочно их отыскать. Что же поможет нам в этом, какой инструмент?

**Пиратик 8:** У меня есть пинцет, подойдет?

**Помощник капитана:** Отлично, с помощью пинцетов ищите бусины и складывайте их в стаканчики.

**С помощью пинцетов дети собирают фруктовые бусины из соли. Далее проходят за столы (на столах стоят соляные лампы), делают браслеты, нанизывая бусины на шнур.**

**Капитан:** Пиратики, какие бусины вы нашли?

**Пиратики:** яблоки, апельсины, клубнику, арбуз и др.

**Помощник капитана:** Чем полезны эти фрукты и ягоды?

**Предполагаемые ответы детей:** в яблоках есть железо, оно полезно для нашей крови, апельсин содержит витамин С, он помогает нам не заболеть простудой, .....

**Капитан:** Браслеты готовы, пора посмотреть на компас!

**Пираты смотрят на компас и отправляются в музыкальный зал  
(осталась последняя станция)**

**Станция 8 «Сундук здоровья»**

**Помощник капитана:** Сундук можно открыть, если пройдены все станции и все задания выполнены правильно. Проверим?

**Сверка станций на компасе и на ленте заданий сундука**

**Капитан:** Всё верно! Мы хорошо потрудились, и нам полагается награда! (открывает крышку сундука)

**Звучит музыка, из сундука вылетают шарики, пиратики получают награду –  
атрибутику для подвижных игр (скакалки, мячи и др.)**

**Помощник капитана:** Почему же эти игрушки лучше золота и драгоценных камней?

**Пиратики делают вывод о том, что здоровье не купить за золото. Его можно  
сохранить и укрепить. А помогут в этом подвижные игры, занятия физкультурой  
и спортом!**

**Рефлексия**

**Капитан:** Пришло время возвращаться домой. Все на корабль! Поднять якорь!

**Помощник капитана и пиратики:** До свидания, жители острова! Берегите себя и  
будьте здоровы!