

Квест – игра «Путешествие к мастерам Здоровья»

Муз рук. Здравствуйте, доброе утро! Ребята, посмотрите какое чудесное весеннее утро, сегодня к нам пришли гости!

Гости дорогие, важные такие!

В зале здесь у нас сидят!

Строго так на всех глядят.

Взгляните в лица наших гостей, они действительно серьёзные! (нет)

А какие попробуете подобрать слова для определения их лиц, (улыбчивые, добрые...)

И не строго, а с улыбкой,

Очень тёплой и простой,

Гости нас встречают с вами,

Чем ответить, - Добротой!

- Я желаю нашим гостям доброго утра, а дети приветствуют валеологической распевкой.

Распевка

Доброе утро ! Улыбнись скорее!

И сегодня весь день будет веселее!

Мы погладим лобик, носик и щечки!

Будем мы красивыми , как в саду цветочки!

Разотрем ладошки сильнее, сильнее!

И теперь похлопаем смелее, смелее!

Ушки мы теперь потрем, и здоровье сбережем!

Улыбнемся снова, будьте все здоровы!

Звучит фонограмма, появляется Солнышко)

Солнышко Я Солнышко лучистое

Игривое и чистое

Рано утром я встаю
На разминку всех зову!

(Зарядка разминка для детей)

Солнышко: Ребята, я вижу , что вы все дети спортивные, и очень много знаете о здоровье. Я сегодня предлагаю отправиться в путешествие и познакомиться с настоящими мастерами здоровья, а мои лучики помогут найти путь к мастерам здоровья. (дети присаживаются на стульчики.

Спортивный номер мастера здоровья.

Солнышко: Дети ,я предлагаю вам познакомиться с первым мастером здоровья, который является настоящим спортсменом,... а подробнее мы узнаем из интервью с ним

Солнышко: Представьтесь, Каким видом спорта вы занимаетесь? Что вас связывает с этим детским садом ? Дети , а какие вопросы хотели бы вы задать?

Интервью совместное с детьми.

-Каких успехов вы добились?

- Какое ваше любимое движение?

- С какого возраста вы занимаетесь гимнастикой?

-Что помогает быть такой спортивной?

-Мастер- Ну конечно зарядка

Солнышко: Сейчас настоящая разминка с мастером движений

Двигательная разминка

Солнышко: у что ребята, поблагодарим нашего мастера, а наши лучики ждут нас дальше в путешествие. Я предлагаю по лучикам определить наш маршрут (гости вместе с детьми переходят на следующую площадку, двигаясь по маршруту лучиков наклеенных на полу)

Гостей и детей на входе встречают витаминки.

Солнышко: Кажется нас встречает еще одини мастера.

Витаминки: Здравствуйте дорогие гости! Мы вас приветствуем в мастерской «Витаминиада». (витаминки предлагают детям и гостям пройти в мастерскую)

1 вит.. Мы откроем вам секрет,

Как здоровье сохранить

Выполняя все советы

И легко вам будет жить

2 вит.. Человеку нужно есть,

Чтобы встать и чтобы сесть,

Чтобы прыгать кувыркаться,

Песни петь , дружить, смеяться,

Чтоб расти и развиваться,

И при этом не болеть,

Нежно правильно питаться,

С самых юных лет уметь.

(под музыку дети входят в костюмах фруктов)

Рекламная сценка театра здоровья.

Мы витамины , мы работники, здоровью вашему помощники!

Яблоко Я _яблоко наливное, круглое , золотое,

Железом богатое, и кислое и сладкое!

Груша Я- спелая груша, яблоку подружка,

Меня очень любят дети, я сочнее всех на свете!

Вишня Я- маленькая вишня, хоть ростом и невышла,

Кровь я очищаю, здоровье укрепляю.

Апельсин Помогает от простуды, апельсин, вот он!

Все микробы убивает и лимон их догоняет

Слива Я- слива , очень красивая !Ну попробуй меня!

И полезна и вкусна!

Витаминка : Встали фрукты дружно в ряд

Вместе мы фруктовый сад!

Солнышко: Ребята, кажется мы попали к настоящим мастерам здоровья по правильному питанию! А стать настоящими друзьями нам поможет игра!

Игра Музыкально –подвижная

Витамины угощают детей соком «Фруктовый Сад»

Солнышко: Наши замечательные витаминчики подготовили гостям странички из очень увлекательной кулинарной книги, «Рецепты оздоровительных напитков» , которыми с удовольствием с вами поделятся (витаминки раздают гостям сувениры)

Подведем теперь итог,

Витаминки просто чудо!

Сколько радости несут:

Все болезни и простуды,

Перед ними отвернут!

Вот поэтому всегда,

Для нашего здоровья ,

Полноценная еда!

Важнейшее условие!

Солнышко вместе с детьми прощается с мастерами здоровья, и предлагает дальше отправиться в путешествие к следующему мастеру.

Солнышко: Ну вот кажется нас встречает следующий мастер здоровья.

Психогимнастика «Развеселим солнышко»

Дети рассаживаются на ковре

Вед. Дети, а давайте сейчас вспомним, какое сейчас время года?

(весна) Как можно сказать , весна какая? (Яркая, теплая, веселая) Еще можно сказать , что она бывает солнечной, ой , смотрите, на наше солнце набежала тучка, (макет тучки)

Когда портится погода, что происходит? Мы можем грустить , если Солнышко спрячется... Ребята, а давайте придумаем, что можно придумать, чтобы не грустить?,

А может нам стоит поиграть? Настроение у Солнышка поднимается, тучка уйдет.

Для игры нам нужны будут лучики, я предлагаю вам стать лучиками, встанем в круг.

1 . У каждого лучика есть лучики- ручки, потяните свои ручки.

Давайте их расправим, погладим, (поглаживание от плеча к кисти) , а теперь похлопаем по ним (Похлопывание снизу вверх)

2 У каждого лучика есть лучики –ножки , давайте погладим ножки, (поглаживание сверху вниз_)

3 У каждого лучика есть туловище, (поглаживание живота вкруговую)

4 У каждого лучика есть голова (повороты головы вправо и влево)

Замечательно, но чтобы Солнышко приняло лучики , каждый лучик приветствует Солнышко , например «Здравствуй Солнышко , я твой лучик Сережа

Я принимаю тебя лучик Сережа, и даю тебе частицу своего тепла и света.

(остальные дети также присоединяются к Солнышку)

У нас получилось большое весеннее солнышко, с нежными , теплыми лучиками, (звучит приятная музыка) Почувствуйте, как нежные лучики солнца глядят на ваш лоб... (дети платочками поглаживают лоб), щеки, рисуют улыбку, а теперь потяните, встряхните руками, потяните еще раз и опустите,..

Чувствуете тепло? А теперь давайте передадим наше тепло по кругу, (присаживаются на ковер по кругу)

Но все это будет необычно , с помощью добрых и ласковых слов .Игра «Комплементы» будем их делать на первую букву имени соседа, например Катя –красивая.

Мы чудесно с вами поиграли, а что же наше солнышко? Смотрите, оно улыбнулось!

И это все благодаря нам с вами , мы смогли его развеселить.

И весна заиграла веселыми красками. И сколько тепла идет от нашего Солнышка, А у нас улучшилось настроение, потому что мы с вами добрые и дружные.

Ритуал прощания

Дети в круг берутся за руки.

«Ты всех любишь , ты всех греешь,

Всех ласкаешь и жалеешь,(обнимаются)

Наше солнышко, наш свет, (поднимают руки)

Все тебе мы шлем привет!» (машут руками)

Солнышко : Ну вот друзья, нам пора возвращаться из нашего путешествия. А в подарок со своими лучиками я подготовила для вас сюрприз.

Хореографическая композиция «Солнышко и лучики»