

Конспект совместной деятельности.

Игра - квест «Солнечные лучики-лучики здоровья» по основам формирования здорового образа жизни для детей второй младшей группы

Задачи:

Образовательная: Учить детей понимать и осознавать понятие **здоровый человек**; уточнить и закрепить знания детей о навыках личной гигиены, выяснить назначение мыла, зубной щетки, расчески, полотенца; закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах.

Развивающая: Развивать у детей умение обосновывать свои ответы на основе ранее приобретенных знаний; учить логически мыслить, усовершенствовать связную речь. Формировать представления дошкольников о зависимости **здоровья** от двигательной активности, гигиенических процедур, правильного питания.

Воспитывающая: Воспитывать у детей желание заботиться о своем **здоровье**, стремление вести **здоровый образ жизни**.

Оборудование: модель солнца, предметы гигиены (мыло, расческа, полотенце, зубная щетка), картинки носа, уха, рта, глаза, корзина с муляжами продуктов питания., мягкие игрушки (персонажи), аудиозаписи (шум реки, шум дождя, музыкальная гимнастика «Солнышко лучистое любит скакать...»)

Ход игры

Воспитатель: На лесной полянке жил-был зайчонок. Он был очень добрым, быстрым и смелым. С утра до вечера он прыгал, бегал, играл со своими друзьями в разные подвижные игры и никогда не унывал. Зайчик очень нравился солнышку, поэтому оно дарило ему свои лучики здоровья.

Воспитатель: А что значит быть **здоровым**? *(ответы детей)*.

Воспитатель: А какой был зайчик? *(ответы детей)*

Воспитатель: Но вот узнала об этом хитрая лиса и захотела она украсть у солнышка лучики здоровья, чтобы зайчонок заболел и не смог бы так быстро бегать. Ночью пробралась она к солнышку и украла его лучики, а потом разбросала их по всему лесу, что бы никто их не нашел. Грустно стало в лесу, спряталось солнышко..

Воспитатель: Ребята, что же теперь будет делать зайчик? (заболеет). Давайте поможем зайчонку? Нам нужно найти **лучики солнышка и тогда здоровье вернется к нему**. Но не так просто найти и собрать все **лучики**, на пути нас ждут препятствия, которые мы должны преодолеть. Вы согласны? Тогда отправляемся в путь. Только куда же нам идти?

(Звучит фонограмма реки)

Воспитатель: Что это там шумит? (река). Давайте все перейдем по камешкам через речку (дети по «камушкам» проходят через речку).

Воспитатель: Посмотрите, кто это сидит на листике? (лягушка). Она держит волшебный лучик в руках.

Воспитатель: Лягушка-лягушка, отдай нам, пожалуйста, лучик здоровья, мы его солнышку отдадим и зайка тогда будет снова здоров.

Лягушка: Отдам, если вы выполните мое задание : *Д/и «Мешочек гигиены»*

Воспитатель: Ребята, чтобы узнать, что там лежит - нужно на ощупь найти предмет в мешочке, угадать его и рассказать его назначении. (мыло, полотенце, зубная щетка, расческа)

Лягушка: Молодцы, все отгадали, рассказали, для чего предназначены эти предметы гигиены и за что получаете первый **лучик — лучик гигиены**.

Воспитатель: Первый **лучик найден**. Продолжаем поиски. Только дорожка в лесу узкая. Идите друг за другом и не отставайте *(ходьба змейкой)*.

(На пути встречается сорока.)

Воспитатель: Здравствуй, сорока. Не видала ли ты лучики солнышка, он нам очень нужен?

Сорока: Видеть-видала, только я его вам так просто не отдам. Отгадайте сначала загадку:

Спать ложусь – Хлоп-хлоп закрываются,

Просыпаюсь – Чик-чик открываются. (Глаза) *(выставляю на мольберт картинку глаза)*

Чтоб не лишился друг твой слуха,
Не кричи ему ты в... (Ухо) (*выставляю на мольберт картинку уха*)

Запах пирожков от роз, Отличать умеет... (Нос) (*выставляю на мольберт картинку носа*)

Сорока: Ух, какие молодцы! Все загадки отгадали. А вот я теперь хочу узнать, зачем эти самые нос, глаз и ухо нужны. Задаю вам новое задание. Вы закрываете уши, я говорю слово, а вы мне его потом повторите. (дети не могут повторить). Теперь закройте глаза, я вам покажу движение, а вы мне потом повторите его. (дети не могут повторить). Ох, какая же я хитрая! Ну и последнее задание: закройте нос и не дышите!

Воспитатель: Что ты, сорока, так ребята и совсем задохнуться могут!

Сорока: (с восхищением). Ох, какая же я вредная! Не получите вы лучик!

Воспитатель: Это почему же?

Сорока: А вы не знаете, зачем вам нужны эти нос, глаза и уши!

Воспитатель: Ребята, давайте расскажем сороке, зачем они нам нужны. (ответы детей)

Сорока: Ох, какая же я добрая! Ладно, забирайте свой лучик, а я дальше полечу – некогда мне тут с вами беседовать!

Воспитатель: Ну и куда же нам идти? Где искать еще один лучик? Смотрите, чьи-то следы на дорожке. Давайте по ним пройдем, вдруг кого-нибудь да встретим. (*в берлоге спит медведь*)

Воспитатель: Здравствуй, Михайло Потапыч!

Медведь: Здравствуйте, коль не шутите! Чего в такую глушь забрели? Заблудились что-ли?

Воспитатель: Да вот лучики здоровья ищем, ты случайно не видал их?

Медведь: Есть у меня один, только я его вам просто так не отдам.

Воспитатель: А что нам нужно сделать, что бы ты его нам вернул?

Медведь: А поиграйте со мной в мою любимую игру «У медведя во бору...», тогда и отдам.

Игра «У медведя во бору»

Медведь: Молодцы, потешили старика, да и косточки размяли. Вот вам ваш лучик! Счастливого пути!

Воспитатель: А может ты знаешь, куда еще один лучик лиса спрятала?

Медведь: Да у мышонка, в норке лежит. Вы к нему теперь бегите. Только через бревно не упадите. (дети шагают через веревочку, по скамейке, под дугой и приходят к мышонку).

Воспитатель: Здравствуй, мышонок! Медведь сказал, что лиса у тебя лучик здоровья спрятала в норке.

Мышонок: Есть такой! Только я его вам просто так не отдам. Я запасы на зиму насобирав, а не пойму, какие продукты полезные, а какие вредные. Поможете мне?

Д/и «Полезные и вредные продукты». Дети отбирают муляжи полезных продуктов, и складывают в корзину. Сладости, чипсы, жвачки оставляют.

Дети обосновывают свой выбор и получают четвертый лучик — **лучик правильного питания.**

Мышонок: Вот спасибо вам, ребята. А мне некогда, побегу я....

(*Вбегает медвежонок*)

Медвежонок: Стой, стойте! Меня к вам дедушка прислал, мы в малиннике еще один лучик нашли, а что на нем написано-незнаем.

Воспитатель: Давай мишутка, прочитаем. Тут написано, что бы быть здоровыми, надо закаляться.

Медвежонок: Ой, а что это-закаляться?

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, что значит закаляться? (*Укреплять свое здоровье с помощью физических упражнений, водных процедур и т.п.*). А мы с вами умеем закаляться? Давайте с вами покажем Мишутки, как мы с вами закаляемся (дети выполняют движения вслед за воспитателем).

Закалка

По утрам ты закаляйся, *Одна рука вверх, другая на поясе. Наклоны вправо и влево*
Водой холодной обливайся. *Имитируют выливание воды на голову из ведра*

Будешь ты всегда здоров. *Показывают бицепсы*

Тут не нужно лишних слов.

Если будешь унывать, *Грозят пальчиком*
Плакать, ныть, скучать, страдать, *Кулачками трут глаза, шмыгают носом*
Можешь даже очень быстро *Шагают на месте*
Ты здоровье потерять.

Воспитатель: Мишутка, а ты теперь тоже будешь закаливаться?

Мишутка: Конечно буду! Побегу другим лесным зверятам расскажу. До свиданья, ребята!

(Мишутка убегает)

Воспитатель: Ребята, внимательно посмотрите друг на друга. Глазки у всех сверкают, на лицах добрые улыбки. Почему вы все улыбаетесь? Какое у вас настроение? Мы свами собрали все лучики, а теперь давайте позовем солнышко и отдадим ему лучики. *(дети зовут солнышко, солнышко появляется и улыбается)*

Воспитатель: Солнышко, вот твои лучики, скорее грей ими зайку, чтобы он скорее стал здоровым. Мы, ребята, проделали с вами большой путь, выполнили столько заданий и нисколько не устали, потому что мы:

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

Все это создает нам хорошее настроение. А теперь давайте вместе с солнышком сделаем веселую гимнастику «Солнышко, лучистое, любит скакать...»*(дети под музыку выполняют движения).*