Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

“Детский сад №3 “Колобок” корпус 3

**Квест-игра «Тропинки здоровья»**

Воспитатель: Орлова К.Г.

2024

Возраст детей: младшая группа

Цель: формирование у **детей** представлений о гигиене ;пользе овощей, фруктов ;воспитание взаимопомощи ;воспитание добросовестного отношения к своему **здоровью**.

Задачи :

получить знания о элементарных нормах и правилах **здорового образа жизни**;

воспитать ценностное отношение к **здоровью**.

Оборудование :Кукла Маруся, Корзина с мячом, корзина с овощами (муляж, картинки с изображением овощей, фруктов ,корзина с полотенцем, зубной щёткой, расческой.

Ход игры

Здравствуйте, дети! Какой сегодня замечательный и светлый день. Солнышко нам ярко светит и улыбается и настроение от этого всех хорошее!

Скажите, как ваше настроение? Всё ли у вас в порядке? У всех глаза весёлые? *(Ответы****детей****)*

Раздаётся чихание. Входит кукла Маруся.

Воспитатель :Ой, ребята, посмотрите, кто это к нам пришёл?

Воспитатель :А как тебя зовут? *(Маруся)*

Ребята, **поздороваемся** с куклой нашей песенкой приветствия "Здравствуйте, ладошки"

Маруся, скажи, а что случилось, почему ты так сильно чихаешь и кашлчяешь.

Маруся :Я не знаю.

Воспитатель :Маруся, а ты по утрам делаешь зарядку, кашку кушаешь?

Маруся : Нет.

Воспитатель:

Теперь понятно, почему ты заболела. Ведь полезнее всего начинать своё утро с зарядки.

Ребята, отправляемся с вами по **тропинкам**.

**1 тропинка :"Весёлая зарядка"**

Дети показывают зарядку вместе с воспитателем под песню :"У жирафа пятна - пятна"

Мололцы, ребята. Размялись, взбодрились. Почувствовали силы, энергию?

Дети: Да.

**2  тропинка : "Гигиена"**

Воспитатель : Ребята, как думаете, необходимо чистить зубы, умываться?

Воспитатель показывает корзинку с предметами гигиены. Ребята, в этой корзине лежат предметы, необходимые для нашей гигиены.

Мы вам сейчас будем загадывать загадки, а вам нужно их отгадать.

Итак:

По утрам и вечерам чистит - чистит зубы нам. А днем отдыхает, в стаканчике скучает. *(Зубная щётка)*

Вафельное и полосатое, ворсистое, мохнатое. Всегда под рукою, что это такое? *(Полотенце)*

Мы ею пользуемся часто, хоть она, как волк, зубаста. Ей не хочется кусать, ей бы зубки почесать. *(Расчёска)*

**3 тропинка "Полезное и не полезное"**

Речевая игра. Мы вам говорим и показываем, а вы отвечаете, что полезно, а что нет.

-Каша вкусная еда, это нам полезно?

-Лук зелёный иногда нам полезен?

-В луже грязная вода нам полезная она?

-Щи отменная еда?

-Овощи - полезная еда?

-Овощи полезная еда, нам их можно есть?

Воспитатель показывает детям корзину с овощами, а они говорят их название.

Ребята, какие вы молодцы! Всё овощи назвали.

Отправляемся с вами дальше.

**4 тропинка : "Метко в цель"**

Воспитатель : Ребята, сейчас мы вам предлагаем сыграть в подвижную игру называется она "Метко в цель"

Перед вами будет корзина и на расстоянии в неё нужно будет бросить мяч.

Молодцы, ребята! Как ловко у вас получается.

Воспитатель :Ребята, сколько много **тропинок мы в с вами прошли**, узнали мы с вами прошли, узнали, что нам можно, что нельзя. А сейчас мы поиграем с вами в игру - викторину "Вопрос - ответ". Мы вам задаём вопросы, а вы на них отвечаете?

**5 тропинка**: "Вопрос - ответ"

-Чем мы дышим?

-Что мы получаем?

*Упражнение : "Воздушный шарик"*

Воспитатель : Ребята, сегодня для вас день был необычным.

-Что мы с вами делали?

-Что мы узнали?

Воспитатель : Ребята вам понравилось?