**СЦЕНАРИЙ развлечения в разновозрастной группе**

**Квест – игра «В поисках лепестков цветка «Здоровье»»**

Цель: пропаганда и закрепление представлений детей о [**здоровом образе жизни**](https://www.maam.ru/obrazovanie/den-zdorovya).

Задачи:

Расширить и закрепить знания детей о [**здоровом образе жизни**](https://www.maam.ru/obrazovanie/scenarii-den-zdorovya), подвести к пониманию того, что каждый человек должен заботиться о своем **здоровье с детства**.

Уточнить и закрепить знания детей о навыках личной гигиены; о полезных и вредных продуктах питания, о значении физкультуры для **здорового** образа жизни человека. Формировать представления детей о зависимости **здоровья** от двигательной активности, закаливания, от соблюдения режима дня. Развивать самостоятельность, доброжелательное отношение к сверстникам во время игры, умение взаимодействовать, договариваться.

Воспитывать волю к победе, любознательность, познавательную активность.

Участники: воспитатель, воспитанники 1,5 – 7 лет.

Место проведения: спортивный зал, музыкальный зал, групповое помещение.

Оборудование: лепестки с названиями составляющих здоровья, муляжи овощей и фруктов, неполезных продуктов, корзины, спортивное оборудование для полосы препятствий, обручи, музыкальное сопровождение, дидактическая игра «Что вредно, что полезно», плакат с деревом здоровья, листья к нему, клей, солнце, мольберт, оформление для станций.

Ход игры:

Воспитатель: посмотрите на мольберт. Что вы видите? (круг) Это серединка от цветка здоровья, все его лепесточки разлетелись по стране Здоровья, если его не собрать, то все люди начнут болеть. Поэтому сегодня я предлагаю поиграть в квест – игру, которая называется *«В поисках лепестков****здоровья****»*. А вы знаете, что означает слово *«квест»*? *(поиск, приключения)*. Квест – это непростая, но очень интересная игра, она потребует от вас силы, знаний и смекалки. Это - путешествие. Путешествие в страну под названием *«****Здоровье****»*.

Во время нашего путешествия вы узнаете и вспомните много интересного и удивительного про **здоровье**. Кто из вас знает, почему при встрече люди **здороваются и говорят** : *«Здравствуйте!»*? *(желают****здоровья****)*

- Что же такое **здоровье и что значит быть здоровым**? *(ответы детей)*

- **Здоровыми быть хотят все люди**. Никому не хочется болеть, лежать в постели, пить горькие лекарства. Поэтому сегодня я приглашаю вас на поиски лепестков **здоровья**. Когда мы найдем все лепестки **здоровья** и соберем цветок, то сможем узнать секреты **здоровья** и все будут здоровы.

Вам нужно будет пройти по маршруту, который обозначен стрелками и выполнить задания, и за правильное их выполнение вы будете получать по одному лепестку. Когда соберете их вместе в цветок, узнаете секреты **ЗДОРОВЬЯ**.

Первая станция *«Чистюля»*.

Воспитатель: Сначала мы с вами должны проследовать на станцию «Чистюля». Закрывайте глаза. Повторяйте слова: «Кулачок с секретом к ушку поднесем, три раза повернемся, куда надо попадем». Вот мы с вами и на месте. Ответьте на вопрос. *«Зачем мы моем руки?»* *(ответы детей)*.

Игра *«Отгадай загадку и найди ответ»*.

Воспитатель: ребята, будьте внимательны. Если разгадаете все загадки, найдете первый лепесток цветка **здоровья**. Загадывает загадки о предметах гигиены, дети должны отгадать и найти нужный предмет на ощупь в мешочке

• Ускользает как живое, но не выпущу его я.

Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. *(мыло)*

• Мягкое, пушистое, беленькое, чистое.

В душ возьму его с собой, буду чистый и сухой. *(полотенце)*

• Как ты выглядишь красиво! Симпатично, очень мило,

Аккуратная прическа, помогла тебе… *(расческа)*

• Костяная спинка, жесткая щетинка.

С мятной пастой дружит, нам усердно служит. *(зубная щетка)*

- Ребята, вы отгадали все загадки. Давайте поищем лепесток.

Мы с вами получили первый лепесток цветка **здоровья – это ГИГИЕНА**.

Дети отправляются на следующую станцию по стрелкам.

Вторая станция *«Аппетитная»* *(в муз. зале)*.

Воспитатель: Как вы думаете, почему здесь нарисованы овощи и фрукты?

Что в них есть такого, что помогает нам быть **здоровыми**? *(ответы детей)*

Воспитатель: Во фруктах и овощах содержится много витаминов и полезных веществ, которые укрепляют наш организм и помогают сохранить **здоровье**. А вот и следующее задание для вас. Вы попали на поляну полезных и вредных продуктов. Вам нужно разобрать их.

Дети делятся на группы.

1-я группа – разделяет овощи, фрукты и вредные продукты.

2-я группа – играет в дидактическую игру «Что вредно. Что полезно»

Воспитатель: Чтобы закрепить ваши знания о полезных и вредных продуктах питания, мы с вами поиграем в игру *«Много – мало»*.

Игра: *«Много – мало»*.

Я буду называть продукты, а вы говорите *«много»*, если это полезно; и говорите *«мало»*, если это вредно: овощи/много/, конфеты/мало/, фрукты/много/, шоколад/мало/, соки/много/, пирожное/мало/, пирожки/мало/.

Воспитатель: Молодцы, ребята! За правильное выполнение задания вы получаете второй лепесток от цветка **здоровья**. Надо его найти. Давайте назовем его Правильное Питание.

Третья станция *«Спортивная» (спортзал)*

Воспитатель: Спорт укрепляет **здоровье**, и сейчас я предлагаю вам пройти полосу препятствий.

*«Полоса препятствий»*

Воспитатель: Вот вы и выполнили все задания и получаете третий ключ **здоровья** - Физкультура и Спорт.

Возвращаются по стрелкам в музыкальный зал.

Четвертая станция *«Закаляйся»*

Воспитатель: Мы дошли с вами до четвертой станции «Закаляйся». (Рассмотреть рисунки на стене (дети на воздухе, мальчик обливается водой) Мы с вами попадаем в гости к Солнцу.

Воспитатель: Есть такое выражение: «Солнце, воздух и вода – продолжите дальше *(наши лучшие друзья)*». Как вы думаете, почему именно они – лучшие друзья человека?

Дети: Люди должны дышать кислородом, который находится в воздухе. Если человек будет мало гулять, у него снижается аппетит, он чаще болеет. Солнце дает энергию. В воде можно плавать, обливать ноги, принимать душ – это полезно.

Воспитатель: Закаливание помогает нам укрепить свое **здоровье**, но закаливающие процедуры необходимо проводить каждый день.

Чтоб простуды не бояться,

Спортом надо заниматься.

И полезны нам всегда

*«Солнце, воздух и вода!»*

Подвижная игра: *«Солнце, воздух и вода»*.

На слово *«воздух»*, дети бегают под музыкальное сопровождение, на слово *«солнце»* остановиться, ручки поднять кверху, на слово *«вода»* - выполнять плавные движения руками.

Воспитатель: А теперь я предлагаю вам показать, как вы принимаете душ.

Эстафета *«Прими душ»*.

Ребенок бежит до обруча, надевает обруч на себя (принимает душ, передает эстафету следующему участнику.

Воспитатель: (обращает внимание детей на плакат с деревом здоровья, где сидит Айболит, на дереве нет листьев).

Айболит просит детей «сберечь» дерево –приклеить листочки,

Аппликация «Наклеим листья на дерево».

Воспитатель: Задания вы выполнили, ищите четвертый лепесток. Вы получаете четвертый лепесток **здоровья**. Это – ЗАКАЛИВАНИЕ.

Дети возвращаются в группу с лепестками.

Воспитатель: Вы нашли все лепестки **здоровья**. Давайте вспомним их названия и соберем цветок. *(ответы детей)*.

Я очень надеюсь, что вы всегда будете помнить обо всех составляющих **здоровья и соблюдать их**. Желаю **всем здоровья.**