**КВЕСТ – ИГРА**

**«Всемирный день здоровья»**

Подготовил психолог ГККП «АТК с.Каменка,Сандыктауский район»

Селивёрстова С.И.

**Цель:** сформировать у детей представление о здоровом образе жизни; закрепить основные составляющие здоровья, вызвать желание заниматься физической культурой.

**Задачи:**

* закрепить ранее полученные знания;
* обогатить двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве, координацию движений;
* создать положительный эмоциональный настрой, желание быть здоровым;
* закрепить знания, умения и навыки о правильном питании.

Звучит легкая весёлая фоновая музыка, выход ведущего.

Ведущий:   Мы спешим сказать вам – «Здравствуйте!»,
Чтоб пожелать здоровья доброго.
Мы спешим сказать вам – «Благости!»,
Чтобы пожелать вам счастья нового.
Мы спешим сказать вам – «Радости!
Удач, успехов и везения!»,
Чтоб пожелать всем в этом зале
Прекраснейшего настроения!

Ведущий: Здравствуйте, дорогие друзья! Когда мы говорим «Здравствуйте», то, помимо простого приветствия, мы ещё желаем здоровья тому, с кем здороваемся. А на Востоке справедливо считают, что всё, что вы желаете другим, обязательно и к вам вернется. Поэтому, здоровайтесь чаще!
Дорогие друзья, сегодняшняя наша встреча посвящена Всемирному дню здоровья.
Немного об истории его появления. В годы после Второй мировой войны в разных странах встал вопрос о восстановлении подорванного здоровья военнослужащих и простых граждан.
Это стало поводом для объединения медиков многих стран во Всемирную Организацию Здравоохранения, устав которой был принят 7 апреля 1948 года. Именно этот день, 7 апреля, в дальнейшем стал датой празднования Всемирного дня здоровья, который начали отмечать с 1950 года. Советский Союз вошел в ВОЗ в том же 1948 году.
Праздник здоровья проводится уже 69 лет.

Ведущий:

Здоровье — самое бесценное, что у нас есть, ведь его не купишь за деньги. Здоровье — это не просто отсутствие болезней, это состояние нашего полного благополучия. Сегодня День здоровья, поэтому хочется каждому пожелать, чтобы здоровыми были тело, дух, отношения с другими людьми и самим собой. Будьте здоровы!

Ведущий:

Задача каждой команды собрать , как можно быстрее по станциям все 5 ключей, и та команда , которая это сделает первой- выигрывает.

И так, все слушаем внимательно , где наша первая станция:

Спрятан здесь вопрос такой:

В колледже есть один кабинет , светлый , уютный, необычный такой, в нем человек во всем белом одетый и здоровье человека очень важно для него. Именно у этого человека вы найдете ключ от вашей первой станции.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Станция 1**

Ваша следующая станция находится там где вы можете поддержать своё физическое здоровье .

А мой ключ вы можете получить только после выполнения моего задания.

**Задание :**

Вам нужно написать на этих планшетах , что можно лечить данными растениями

Ромашка –ангина

Малина-температура

Чеснок-грипп

Валериана – нервы

Лук,черная смородина-Витамин С

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Станция 2**

Помимо физического здоровья у нас еще есть и здоровье для души, это будет ваша следующая станция но, чтобы получить мой ключ вам нужно выполнить следующее задание.

**Задание:**

20 приседаний

20 отжиманий

20 пресс

20 на скакалке

**Станция 3**

Ваша следующая станция самая полезная , питательная и вкусная, а мой ключ вы получите после выполнения моего задания.

**Задание:**

 Присесть всей командой с карандашами и мелом написать на брущатке «своё название команды» (здоровье и спорт)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Станция 4**

Ваша следующая станция там, где каждый юноша весной и осенью проходят одну комиссию годен-не годен еще у вас есть сборы , где вас готовят , как патриотов.

**Задание:**

Вам нужно сейчас правильно разделить еду на 2 категории полезную и вредную .

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Станция 5**

Мой ключ вы получите только после того, как выполните моё задание

**Задание:**

На указанном вам месте вам нужно собрать палатку и кто это сделает первый тот и выиграет.