

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРОГИМНАЗИЯ № 81» Г.СЫКТЫВКАРА
(МАОУ "Прогимназия №81")**

**Познавательная квест-игра «Что такое иммунитет?»
для воспитанников подготовительной группы.**

Составители:

Воспитатели: Цыкало Марина Ивановна

Инструктор по физической культуре: Чуркина Елена Васильевна

Библиотекарь: Румянцева Евгения Альбертовна

Педагог-психолог: Игнатова Роза Геннадьевна

Медицинская сестра: Попова Анжелика Анатольевна

г. Сыктывкар, 2018 г.

Игра направлена на развитие кругозора, практических умений и коммуникативных навыков юных участников игры, также их родителей (законных представителей) через образовательную, игровую, конкурсную и творческую деятельность.

Цель: пропаганда здорового образа жизни и влияния иммунитета на жизнь и здоровье человека, развитие у детей коммуникативных навыков, умения работать в команде.

Задачи:

Образовательная

- Подвести к пониманию того, что каждый человек должен заботиться о своем здоровье с детства (укреплять иммунитет), (закреплять культурно-гигиенические навыки, прививать любовь к спорту и физической культуре, закреплять знания о витаминах и режиме питания, режиме дня, необходимости закаливания, о полезных продуктах, ознакомить с полезным влиянием музыки на организм человека)

Воспитательная

- Воспитывать уважение друг к другу, чувство ответственности, внимательное отношение к окружающим.

Развивающая

- Развивать физические (ловкость, быстрота реакции, координационная способность) и психические (воля, целеустремленность, самоконтроль) качества; воспитывать волю к победе,
- Развивать познавательный интерес, любознательность, желание пополнить свои знания о иммунитете.

Оборудование:

- ТСО (музыкальное сопровождение) – марш, аудио-игра-повторялка «Мы пойдём налево, мы пойдём – направо»
- мультимедиа (в кабинете педагога-психолога, в библиотеке, в групповой комнате)
- разрезные картинки, поделенные на две части (часы, фрукты-овощи, предметы личной гигиены, схематичное изображение выполнения упражнений, средства закаливания – солнце, воздух, вода, предметы спортивных игр – мяч, клюшка, ракетка, скакалка и т.п., мыло-грязь, уколы-витамины, завод с дымящей трубой – деревья – экология.
- соляная лампа
- засушенные травы и ягоды с повышенным содержанием витаминов

- карточки с загадками
- план-задание с вопросами

Википедия: 1 марта — Всемирный день иммунитета. День выбран неслучайно, ведь именно в начале весны проблемы, связанные с ослаблением функций иммунной системы, выражены особенно ярко.

Предварительная работа: беседы о здоровом образе жизни, просмотр видеофильма для детей «иммунитет», беседы о чистом воздухе и о загрязнении окружающей среды; беседы с детьми о значении витаминов и содержании их в различных продуктах, о гигиенических навыках, режиме дня, беседы о спорте, из личного опыта – какие спортивные мероприятия и секции посещают ребята, составление маршрута плана-заданий для поиска ответа на карточке. Оформление проекта – высказываний «Что такое здоровье и где его взять?» (совместно с родителями.)

Этапы реализации квест-игры «Что такое иммунитет» осуществляется в пять взаимосвязанных этапов:

1. Подготовительный. Анализ ситуации для мотивации субъектов на участие в массовом мероприятии.

2. Организационный. Подбор инновационных методов работы Здорового образа жизни. Составить план взаимодействия семьи, педагогов Прогимназии, обеспечивающих здоровый образ жизни человека.

3. Основной. Проведение мероприятия (Квест-игры) по пропаганде здорового образа жизни и влиянии иммунитета на жизнь и здоровье человека. Организация обучающих станций совместно с педагогами и сотрудниками Прогимназии.

4. Аналитический. Систематизация методического материала и сопоставление промежуточных результатов с задачами игры.

5. Заключительный. Обобщение полученного совместно с родителями опыта. Оформление видеоматериала «Где найти иммунитет». Оформление презентации «Что такое иммунитет?».

Описание квест-игры:

Воспитатель: Я говорю вам «Здравствуйтесь», а, значит, желаю здоровья. Сегодня мы проведем квест-игру «Что такое иммунитет?». Что такое иммунитет и где его действительно найти нам сегодня предстоит сегодня узнать. Посмотрите у меня в руках карта, в ней проложен маршрут нашего путешествия.

Отправляемся в путь.

А вот и наша первая станция. Отгадайте загадку:

Снаружи смотришь – дом как дом,
Но нет жильцов обычных в нём,

В нём книги интересные
Стоят рядами тесными
На длинных полках
Вдоль стены
Собрались сказки старины,
И Черномор,
И царь Гвидон,
И добрый дед Мазай ...
Как называют этот дом?
Попробуй, отгадай! (библиотека)

Библиотекарь: Где взять информацию? Как и где узнать, что такое иммунитет? как сохранить и сберечь свое здоровье? На все эти вопросы можно найти ответы именно здесь. (в библиотеке).

Сегодня нас встречает наш библиотекарь Евгения Альбертовна. Это станция Познавательная

Библиотекарь: Здравствуйте ребята. Библиотека – это место где много разной литературы по разным областям. Это энциклопедии. Это познавательные книги. Это журналы и газеты. Именно здесь можно найти ответы на все вопросы. Что вас интересует?

Дети: Мы пришли узнать - Что такое иммунитет?

Библиотекарь: Я предлагаю вам взять информацию из энциклопедии:

Система защиты организма человека от возбудителей болезней называется - (Иммунитет). Это невидимый щит, который не подпускает болезни к организму.

В журналах и газетах о иммунитете написано: Мы, как организмы, состоим из систем, системы, в свою очередь, состоят из органов, органы — из тканей, а ткани — из клеток. И клетка — это наш самый-самый важный кирпичик в построении фундамента нашего здоровья. Но это все наука.

А вы знаете, что 1 марта, в первый день весны, совсем скоро празднуется – день иммунитета! Но из чего состоит иммунитет?
- Я предлагаю вам отгадать несколько загадок:

Похоже на пряник и разного цвета,
Собрало в себе запах трав всего света.
Ребята охотно им моют ладошки,
Не любят его лишь собаки и кошки (мыло)

А в каком произведении говорится про мыло? (Мойдодыр) чтение отрывка

Следующая загадка:

Хоть на вид она не очень хороша
И немножечко похожа на ежа,
Очень любит перед тем, как лягу спать,
На зубах моих минутку поплясать.(зубная щетка)

Библиотекарь: Из какого произведения? (Сказка о девочке, которая не хотела чистить зубы) чтение отрывка

И еще одна загадка: Одеяло убежало, улетела простыня и подушка как лягушка ускакала от меня.... (Федорино горе)

Библиотекарь: Все эти загадки про то, что необходимо соблюдать чистоту, а это одно из составляющих иммунитета.

Жил да был иммунитет –
Розовые щёчки.
Витамины на обед
Ел он, как цветочки,
В Ксюшин маленький живот
Складывал их рьяно,
Чтоб болезней грозный взвод
Не напал неожиданно.
Так жилось нам без забот,
Не болела Ксюша –
Песни, танцы круглый год –
Веселись, дочуша.

Только раз иммунитет
Вдруг пропал неожиданно!
Заглянули под буфет,
Рылись под диваном,
Поискали в кладовой,
И в сыром подвале,
Может быть волшебник злой
С Лешим обокрали!

Кто украл иммунитет?!
Ксюша заболела,
Ей не хочется конфет,
Всё сидит без дела,
Не играет, не поёт,
Кашляет, чихает.
Скоро доктор к нам придёт –
Может он всё знает?!
Кто такой иммунитет,
Где искать пропажу!
Без него здоровья нет –

Кто воров накажет!

Доктор строгий к нам пришёл
И сказал сурово:
«Я иммунитет нашёл,
Будешь вновь здоровой!
Он сбежал недалеко, -
Пойман был плутишка.
Выпьешь с мёдом молоко,
Почитаешь книжку,
А наутро – он придёт,
Выпьет чаю кружку,
Может песенку споёт
Маленькой подружке.

Скажет: «Ксюша, извини,
Что ушёл без спроса,
Грустными не будут дни,
Носик твой курносый
Больше хлюпать – ни-ни-ни,
Кашлять – не позволим!
Мы простуду, лишь моргни,
Быстро отфутболим!»
Ты прости иммунитет,
Подружись с ним, Ксюша,
Будешь снова на обед
Витамины кушать! (сказка о иммунитете)

Библиотекарь: Так что же такое иммунитет?
(ответы детей) (это чистые руки, прогулка, витамины, мед и молоко, спорт)

Молодцы, ребята. Сегодня на моей станции Вы из энциклопедии, из журналов, книг узнали, что такое иммунитет и из чего он состоит. Но это не все знания, путешествие ваше продолжается. До новых встреч.

Воспитатель: Ребята, а наше путешествие продолжается. Итак, наша вторая Станция ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ

Какое необычное название... Нас сегодня встречает педагог-психолог Роза Геннадьевна

Педагог-психолог: Здравствуйте ребята. Что вас привело ко мне?

Дети: Здравствуйте. Мы хотим узнать «Что такое иммунитет?»

Педагог-психолог: Иммуни́тет - это способность организма защищать себя. Защищать от всего, что для организма естественным не является: от вирусов и бактерий, от ядов, от некоторых лекарств, от страха и переживаний. Но прежде я хотела бы рассказать вам стихотворение Р.Гамзатова

-Вон человек, что скажешь ты о нем?

Ответил друг, плечами пожимая:

- Я с этим человеком не знаком,

Что про него хорошего я знаю?

- Вон человек, что скажешь ты о нем? -

Спросил я у товарища другого.

- Я с этим человеком не знаком.

Что я могу сказать о нем плохого?

Педагог-психолог: Какие вы все одинаковые и в то же время разные... (видео презентация)

Педагог-психолог: Вы девочки и мальчики. Не зная человека, можно ли сказать о нем он хороший или плохой? У вас разные по цвету глаза, у кого-то они карие, а у кого-то голубые, кто-то худенький, а кто-то полненький. Кто-то высокий, а кто-то низенький, кто-то любит бегать и играть, а кто-то не может этого сделать в силу ряда причин (если человек болен и в инвалидном кресле) Вы все разные. Но вы все добрые люди и если вы будете доброжелательны друг к другу, будете помогать товарищам, не бояться, не переживать. Если вы будете общаться, творить, фантазировать, рисовать, то ваш иммунитет будет всегда с вами.

Я предлагаю вам поиграть в игру «Мы пойдём налево, мы пойдём – направо» (аудио).

Педагог-психолог: Ребята вам понравилось? Скажите, а от музыки вам стало веселее? А ведь музыка тоже своего рода иммунитет.

Так здорово, что мы все вместе, все дружные, все веселые и счастливые.

Иммунитет – это оборона, защита от плохих, негативных событий, от страха и переживаний.

Дети: Спасибо. Мы теперь знаем, что иммунитет – это наше хорошее настроение и доброе отношение к людям.

Воспитатель: Следующая наша станция МЕДИЦИНСКАЯ

И нас встречает наша медицинская сестра Анжелика Анатольевна

Медсестра: Здравствуйте ребята. Что привело вас ко мне?

Дети: Мы хотим узнать, что такое иммунитет.

Медсестра: Иммуни́тет – это способность защищать себя от болезнетворных микробов и вирусов.

Для того, чтобы вам было более понятно – иммунитет – это стойкий солдатик, который охраняет наш организм от болезней посредством прививок, витаминов, правильного полноценного питания, прогулок на свежем воздухе и конечно полноценного сна.

Медсестра: Иммунитет есть естественный который передается вам от ваших родителей, второй вид иммунитета это – искусственный который появляется после введения вакцины (прививки) называется активный, а еще есть пассивный он появляется после введения лечебной сыворотки.

Дети: Анжелика Анатольевна, а как на наш иммунитет влияют прививки?

Медсестра: Прививки делают от опасных, тяжелых болезней способных вызвать осложнения. Главная цель вакцинации - формирование невосприимчивости к болезням. При привитии вырабатываются антитела, которые нейтрализуют болезни.

Медсестра: Наш организм после прививки становится невосприимчив к болезням, и даже если человек после прививки заболит, то он болеет в легкой форме, и это проходит очень легко. Ученые установили: иммунитет объясняется тем, что в крови образуются особые защитные вещества, которые убивают микробов — возбудителей болезни.

Медсестра: Для нашего организма, для сохранения иммунитета также очень важны витамины. Витамины могут быть в форме лекарственных средств, а также витамины содержатся в разных продуктах.

Кто знает, в каких продуктах содержатся витамины?

Дети: Фрукты, ягоды, овощи, молочные продукты, мясо, рыба.

В продуктах есть витамины.

Медсестра: а какие витамины вы знаете?

Витамины А, В, витамин С.

Медсестра: а в каких продуктах есть витамин А? (масло, сыр, молоко, морковь)

-В? (овощи, фрукты, орехи)

-С? (лимон, апельсин, шиповник, смородина)

Медсестра: а как же быть зимой? Не всегда есть ягоды и фрукты дома? Витамины в меньшем количестве есть в засушенном или замороженном виде. А как зимой можно укреплять иммунитет? Можно пить целебные чаи. Это могут быть чаи с ягодами и травами.

А какие травы ваши родители заваривают как чай? (мяту, ромашку, иван-чай)

Медсестра: а все ли продукты полезные? Нет. Есть продукты, которые вредны. Это чипсы, газировка, продукты быстрого приготовления – фастфуд.

Медсестра: а как еще можно укреплять иммунитет?

Можно дышать соляной лампой. (чистый горный воздух)

Медсестра: Скажите, а необходимо ли соблюдать режим дня? Вовремя ложиться и вовремя вставать? Гулять на свежем воздухе? (ответы детей)

Есть такие пословицы:

Закаляйся и будешь всегда здоров.

В здоровом теле здоровый дух.

Кто спортом занимается-тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда!

Дети: Спасибо, Анжелика Анатольевна. Мы узнали, что иммунитет – это стойкий солдатик, который охраняет наш организм от болезней посредством прививок, витаминов, правильного полноценного питания, прогулок на свежем воздухе и конечно полноценного сна.

Следующая наша станция ФИЗКУЛЬТУРНАЯ (встречает инструктор по физической культуре в костюме Айболита)

Дети: Здравствуйте, Елена Васильевна. Мы пришли к вам на станцию физкультурная. А вы сможете нам рассказать, что такое иммунитет?

Инструктор: Иммунитет – это спорт, закаливание, зарядка, бег, прыжки, хождение по «колючим» дорожкам, зарядка после сна, дыхательная гимнастика и многое другое.

Инструктор: Регулярные занятия физкультурой и спортом укрепляют мышцы и связки, кости и суставы, сосуды и нервы, предупреждая появление различных травм и делая организм более выносливым, более долговечным. Физические упражнения укрепляют и тело, и душу, эффективно борются с негативным влиянием стресса, уничтожают тревогу и страх, восстанавливают умственную и физическую работоспособность, обеспечивают эффективную работу всех систем организма, за поддержание защитных сил организма на достойном уровне.

Таким образом, человек, регулярно занимающийся физкультурой и спортом, действительно эффективно укрепляет свои защитные силы, свой иммунитет.

Инструктор: Я предлагаю вам:

По порядку стройся в ряд! На разминку все подряд! В рассыпную разойдись!
На разминку становись!

Разминка под музыку (Богатырская сила)

Инструктор: Вот мы и прибыли с вами на спортивную станцию: «Сила и мощь иммунитета – нам по силам, знайте это!».

Айболит Е.В.: Здравствуйте ребяташки, девчонки и мальчишки и родители. Я к Вам пришел сегодня на праздник иммунитета. А вы знаете что такое иммунитет? Ответы детей.

Айболит Е.В.: Правильно, молодцы. А вы знаете что необходимо для того, чтоб наш иммунитет был крепким? Ответы детей:

Айболит Е.В.: Конечно же это спорт, здоровое питание, закаливание, хороший сон, витамины и отличное настроение. Этому и будут посвящены наши эстафеты:

- 1) «Со спортом мы дружим»: Участник, одев на себя каску, садится на скейтборд и толкается вперед до конуса и обратно и передает эстафету следующему участнику команды.
- 2) «Полезное». Задача участников взять рядом со стартом шоколадку, положить ее в корзину, добежать до обруча, в котором находятся овощи, и поменять шоколадку на овощ или фрукт. Участник возвращается бегом и передает эстафету следующему игроку.
- 3) «Закаляйся» У игроков каждой команды в руках ложка. Участник бежит, продевает через себя 3 обруча добегают до стола с ведром, зачерпывает из ведра ложкой и возвращается к своей команде, выливает из ложки в ведро команды. У кого в ведре окажется больше воды, та команда побеждает.
- 4) «Экология» Рядом с командами в разбросан мусор. Участник складывает мусор в ведро бежит до конуса, и выбрасывает мусор в мешок, обратно возвращается с ведром и передает эстафету.
- 5) С клюшкой в руках, участник толкает мяч вперед, обводя змейкой конусы.
- 6) Вместо эстафетной палочки участникам дается укол. С уколом в руках игрок бежит, преодолевая дуги, обегает конус, обегает свою команду и передает укол следующему.
- 7) Даются ребятам картинки – разрезанные на две части (часы, фрукты-овощи, предметы личной гигиены, схематичное изображение выполнения упражнений, средства закаливания – солнце, воздух, вода, предметы спортивных игр – мяч, клюшка, ракетка, скакалка и т.п., мыло-грязь, уколы-витамины, завод с дымящей трубой – деревья – экология. Предлагается командам соединить части картинок, способствующие укреплению иммунитета.

Айболит Е.В.: Пока жюри подводит итоги, мы с вами вспомним. Что же такое иммунитет? И что необходимо иммунитету чтоб он оставался сильным и крепким и чтоб он защищал нас от всех болезней? Ответы детей:

Айболит Е.В.: Совершенно правильно. Итак, я поздравляю вас друзья, вы отлично справились со всеми заданиями.

Воспитатель: Последняя наша с вами станция ТВОРЧЕСКАЯ

Именно здесь мы попробуем нарисовать, вырезать и наклеить, слепить все то, что мы узнали об иммунитете. Сейчас мы ответим на вопрос «Что такое иммунитет». (ответы детей)

Воспитатель: Ребята, перед вами двое ребят, они здоровые и жизнерадостные. Это Таня и Ваня. Предлагаю вам выполнить задание, распределитесь по командам, по интересам и ответьте на вопрос «Что такое иммунитет?» «Что необходимо для того, чтобы иммунитет для каждого из вас и для наших друзей был крепким?»

1.Здоровый образ жизни

2.Регулярные занятия спортом

3.Полноценный отдых, приятная музыка, хорошие люди

4.Закаливание

5.Сбалансированное питание, витамины

6.Режим дня

7.Профилактические прививки

Воспитатель: вот, мы с вами сегодня попутешествовали. Узнали много нового. И ответили на вопрос «Что такое иммунитет».

Айболит Е.В.: И в заключении праздника мы хотим сказать:

Ты хорошенько посмотри,
Болезни все у нас внутри,
И как начнём ослабевать,
Тотчас начнём заболевать,
Спасает нас иммунитет,
Сильнее средства просто нет,
Его ты лучше укрепляй,
Напрасно не переживай.
Он нас от хвори защитит,
И все болезни победит,
Чтобы себя не изнурять,
Побольше надо отдыхать!
Чтоб полноценно, долго жить,
Здоровьем надо дорожить!