**«Путешествие на поезде «Здоровье»**

**Ход путешествия**

**1. Организационный момент. Слово ведущего.**

**Ведущий.** Добрый день, дорогие друзья! Мы собрались для того, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом, посмотреть, что мы умеем делать. И не важно, кто станет победителем в этом шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное –
Все хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость показать
И сноровку доказать.

Этой встрече все мы рады
Собрались не для награды.
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно.

Здоровье- это не игрушка. Легко сломать, нельзя купить. Давайте лучше мы подумаем, как нам его сохранить. В старину говорили, что здоровье приходит золотниками, а уходит пудами. Золотник- это совсем небольшой вес, примерно вес одной пятикопеечной монеты, а пуд- 16 кг. Это значит, стать здоровым можно постепенно, а вот потерять здоровье намного быстрее.
 Капитаны команд получают маршрутные листы.

*Штрафные санкции (очки минусуются):*

- за шумное поведение на конкурсах и в пути;

- грубость.

*Проведение викторин (путешествие но станциям).*

**♦ Станция «Зеленая аптека».**

*За столиком сидит Медуница.*

**Медуница:** Я доктор Медуница, люблю порядок и чистоту, люблю, чтобы все детишки были здоровы, а если кто-нибудь заболеет, я быстро вылечу медом. Кто знает, из какой книги я к вам пришла?

**Дети:** «Незнайка».

**Медуница:** Правильно, ребятишки! Эту веселую книгу написал Николай Носов. Задам-ка я вам еще несколько вопросов:

1. Если мама принесла с рынка вкусные яблоки, их можно сразу кушать или сперва их нужно вымыть? (Обязательно вымыть!)

2. Что нужно сделать в первую очередь, когда пришел с прогулки? (Помыть руки.)

3. А в каких еще случаях нужно мыть руки? (Перед едой, после посещения туалета, когда запачкаются.)

4. Сколько раз в день нужно чистить зубы? (После каждого приема пищи.)

5. Почему нельзя пить из чужой чашки, брать чужой бутерброд? (Вдруг из этой чашки пил человек, у которого больное горло или какие-нибудь другие болезни.)

Молодцы, детишки! А посмотрите, какая у меня волшебная коробочка.

*Достает белую коробку с красным крестом (аптечка).*

**Медуница:** Это не простая коробочка, она называется «аптечка».

-Что должно лежать в аптечке?

-Правильно, в ней должны лежать бинт, градусник, зеленка. Но тут пробегал Незнайка и что-то он с этой аптечкой напутал. Давайте проверим?

***Игра «Угадай предмет наощупь и по запаху»***

В коробку складывают разные предметы: кубики, шарики, машинки, яблоко, апельсин, конфеты. Сверху коробка накрывается платком. Ребенок наощупь берет предмет и старается угадать, что он взял.

**Медуница**: Молодцы, ребята, все правильно. Я так рада, что вы зашли ко мне в гости!

**♦ Станция «Мойдодыр».**

*Вопросы викторины:*

1) Как в лесу обойтись без мыла? (Трутовик, мыльнянка.)

2) Чем чистить зубы в лесу? (**мятой)**

3) Как спастись от комаров? **(черёмухи.)**

4) Какое дерево избавляет ноги от пота, запаха, трещин? **(Кора дуба.)**

5) Ягоды этого растения отбеливают кожу лица, делают ее упругой. **(Земляника лесная.)**

6) Сок этого растения используют вместо йода, для выведения бородавок, настоем из листьев умываются, моют голову. **(Чистотел.)**

7) Листья и корни этого растения используют от боли при ушибе. **(Лопух, подорожник.)**

8) Листья этого растения обжигают нас,

Сок из листьев этого растения спасает нас.

Весной его используют на суп.

Голову мыть его отваром - волосы растут.

**(Крапива - кровоостанавливающее, витаминное средство, ускоряет рост волос.)**

9) Волосы, вымытые в отваре этого растения, приобретают золотистый оттенок, а при умывании - кожа становится нежной, бархатистой. Назовите его**. (Цветы ромашки.)**

10) Масло этого растения втирают в кожу голову, чтобы волосы лучше росли. **(Репейное масло.)**

**♦ Станция «Травмпункт».**

За столиком сидит доктор Айболит.

**Айболит:**  А кто это ко мне приехал? Ребята! Вы лечиться или просто в гости?

**Дети:**В гости!

**Айболит:** Это хорошо! А вы знаете, в какую сказку вы попали?

**Дети:** Да!

**Айболит**: А кто написал эту сказку тоже знаете?

**Дети**: Корней Чуковский.

**Айболит**: Хорошо! Ну, раз вы ко мне пожаловали и так хорошо на вопросы отвечаете, задам-ка я вам еще несколько! Вы помните, что случилось с Зайкой в моей сказке?

**Дети:** Попал под трамвай.

**Айболит**: А вот это нехорошо, потому что быстро пришить ножку можно только в сказке! А ведь мы живем не в сказке, так что отвечайте:

На какой свет светофора надо переходить дорогу? (На зеленый.)

А как правильно переходить дорогу? (Дорогу переходят через подземный переход, по пешеходному переходу, его еще называют «зебра». Переходя дорогу, нужно посмотреть налево, убедиться, что машин нет, а на середине дороги — направо, и если машин нет — можно переходить.)

С какой стороны обходят трамвай? (Сзади.)

А троллейбус и автобус? (Спереди.)

**Айболит:** Если у нас все здоровы, тогда поэтому я могу с вами поиграть. Хотите?

**Дети:** Хотим!

**Айболит:** Тогда давайте поиграем в одну полезную игру. «Съедобное — несъедобное»!

Ведущий кидает участникам мячик и при этом называет предметы, (съедобные и несъедобные). Если предмет съедобный, мячик ловится, если нет — отбрасывается.

**Айболит**: Молодцы! Спасибо, что зашли, приходите еще, будьте здоровы!

**♦ Станция «Скорая помощь».**

1) Остановить кровотечение

2) Оказать первую помощь при переломе.

Дополнительные вопросы

1) Какие растения используют для остановки кровотечения? (Пастушья сумка, крапива, тысячелистник.)

2) Какие растения используют для лечения нарывов? (Алоэ, каланхоэ - комнатные растения; подорожник, календулу, капусту.)

3) Какие растения используют при сердечном приступе? (Настойка ландыша, корней валерианы, пустырника.)

4) Какие растения используются как жаропонижающие средства? (Малина, лимон.)

**♦ Станция «Здоровье».**

На каждую букву слова  **ЗДОРОВЬЕ** подберите слова, которые имеют отношение к здоровью и здоровому образу жизни.

**Подведение общих итогов мероприятия.**

После общего сбора - подведение итогов. Награждение команд.