

КВЕСТ – игра «Тропа здоровья» для детей старшего дошкольного возраста

1.Цель и задачи

Цель: повысить уровень знаний детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Формировать у детей представлений о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья) и факторы, разрушающие здоровье.
 2. Прививать интерес к физкультуре и спорту.
 3. Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения, самостоятельность.
- Перечень оборудования к занятию: экран, ноутбук, картинки с рисунками, конверты с буквами, мольберты, цветные карандаши.

2.Участники квест – игры

1. К участию в КВЕСТ - игре приглашаются дети подготовительной группы.
2. В игре принимают участие 3 команды. Состав команды (6 человек)
3. Команда должна быть в спортивной форме одежды (на груди – эмблема команды, придумать название, девиз).

3.Порядок проведения квест – игры

1. Время сбора команд 10.00.
2. Место сбора команд: музыкальный зал МБДОУ д.с с.Новоликеево.
3. Игра включает в себя движение по маршруту из 5 станций. На старте все команды одновременно получают первое задание (в зашифрованном виде), являющееся отправной точкой по маршруту. Маршрут следования команда узнает вначале игры.
4. Команды проходят 5 станций: по прохождению они получают конверты с буквами, часть слова, которое они должны составить на конечной станции.
 - Станция «Коротышки»
 - Станция «Медуницы»
 - Станция «Тюбика»;
 - Станция «Знайка».

- Станция «Конечная»

5. В результате прохождения всех станций, команды встречаются на конечной станции и должны выложить загаданное слово по здоровью.

6. Подведение итогов. Награждение.

Команды награждаются дипломом победителя в номинации.

Сценарий квеста «Тропа здоровья»

Ход игры.

Команды заходят в зал, строятся.

1. **Ведущий:** Здравствуйте ребята и взрослые! Сегодня мы с вами попали в страну Здоровья, в которой нас ждут неизведанные тропинки, по которым мы будем двигаться, и узнавать что-то новое... Участвует в игре 3 команды. А сейчас представление команд (название, речёвка).

Игру- квест «Тропа здоровья» считать открытой!

Ведущий: Ребята, сегодня к вам в гости приехал необычный гость. Он приготовил для вас задания, внимание на экран....

Фильм на экране: Незнайка из мультфильма говорит:

«Я немного невезучий,

Озорной и смелый плут,

Все меня чему-то учат

И Незнайкою зовут.

Всем привет вам от меня

Помогите мне друзья!

Я недавно простудился и заболел. А Знайка говорит, что я заболел, т.к. не знаю правил ЗОЖ. Что это за правила ребята? Помогите мне про них узнать!

Ведущий: Ребята, наш гость приготовил для вас зашифрованные слова, буквы которых в конверте вы будете получать на каждой пройденной станции по частям. Итак, к конечной станции у вас накопится 4 конверта, но вы их не открываете до последней станции. Когда все команды соберутся вместе на

конечной станции, то только тогда по команде ведущего по очереди вы выложите свои слова на магнитной доске.

Ребята, но чтоб отправиться в путь, вам нужно получить от меня маршрутный лист. А чтоб его получить, выполнить **первое задание!**

Капитаны команд вытягивают конверт.

Задание: Нужно собрать пазлы «Виды спорта» и за это получить маршрутный лист. После этого следовать по нему.

1. **«Станция Коротышки» (Участок 1 младшей группы.)**

На столе лежат конверты с парными картинками (Выбери правильный ответ).

А). Будильник со стрелками. Поставь стрелки на то время когда ты просыпаешься (в 7-00 или в 11-00).

Б) Как ты чистишь зубы? (Щетка идет вверх и вниз или вправо и влево?)

В) Твой завтрак. (Конфеты, чипсы, газировка) или (каша, сок, яблоко).

Г) Где ты гуляешь? (В парке, на детской площадке) или (вблизи автотрассы).

Д) Твои любимые игры? (Сидеть у компьютера или играть с друзьями на детской площадке в подвижные игры).

Е) Твоё настроение? (Радость или грусть).

После выполнения заданий дети каждой группы получают конверт с буквой

2. **«Станция Медуница» (участок 2 младшей группы)**

На пенёчке сидит девочка в костюме Медуницы.

Воспитатель: Здравствуй, Медуница!

Медуница: Здравствуйте ребята! А вы знаете Правила гигиены? Сейчас проверим?

Задание первое детям: рассмотреть картинку и рассказать правило гигиены.

1. Мальчик моет руки с мылом,

2. Девочка принимает душ.

3. Мальчик чистит зубы.

4. Девочка расчёсывает волосы.

5. Мальчик умывается.

Ребята, а вы знаете правила красивой улыбки? Сейчас проверим?

Детям предлагаются картинки, на которых нарисован рот. Во рту разные предметы, фрукты, овощи (карандаш, орех в скорлупе, морковь, яблоко, палец и д. р.

Задание второе детям: зачеркнуть то, что нельзя грызть зубами.

Задание третье детям: Обведите зелёным карандашом то, что полезно для зубов. Детям предлагаются картинки: рыба, конфеты, орехи, яблоко, мороженое, каша, морковь.

После выполнения задания дети каждой команды получают конверт с буквой.

3. Станция «Тюбик» (спортивная площадка).

На станции ребят ждет мальчик в спортивной форме, который играет мячом.

Инструктор по физической культуре: Физкультура и спорт- это весёлые, интересные игры и упражнения, которые укрепляют мышцы, делают нас красивыми, ловкими, быстрыми и сильными. Спорт воспитывает наш характер и закаляет волю. Необязательно всем становиться профессиональными спортсменами, но заниматься физкультурой необходимо.

Он предлагает детям сделать весёлую зарядку: «Весёлые человечки».

После зарядки детям предлагается выполнить задания.

1. Найдите и раскрасьте символы спортивной олимпиады.

Детям предлагаются картинки (факел, мяч, лавровый венок, пять колец).

2. Стадион загадок: Помоги мячику Болу решить все загадки:

- Реши пример и узнаешь, сколько игроков в футбольной команде.

(Детям предлагается карточка с примером $6 + 5 =$)

-Какой вид спорта изображён? Запиши ответ. (Детям предлагается картинка-ребус БОКС).

-Найди выход из лабиринта. (Детям предлагается картинка-лабиринт со спортсменом).

-Реши пример и узнаешь, сколько весит гиря, которую поднимает спортсмен.

$5 + 5 =$

После выполнения задания дети каждой команды получают конверт с буквой.

4. «Станция Знайка» (Участок подготовительной группы).

Воспитатель читает письмо от Знайки.

«Ребята вы побывали уже на многих станциях, многое узнали про здоровье.

Теперь сможете ответить и на мои вопросы.»

На веранде стоят мольберты, на них прикреплены картинки.

Задание детям: Рассмотрите рисунки и составьте рассказ о том, что нужно делать, чтобы всегда быть здоровым.

1. картинка. Заниматься спортом.
2. картинка. Соблюдать правила безопасности жизни.
3. картинка. Часто находиться на свежем воздухе.
4. картинка. Закаляться.
5. картинка. Соблюдать режим дня.
6. картинка. Есть всегда вовремя и разнообразную пищу.
7. картинка. Никогда не унывать.

Воспитатель: Правильно ребята. Это всё называется здоровый образ жизни.

5. «Станция Конечная» (Спортивная площадка)

Ведущий: Ребята, вот мы и выполнили задание нашего гостя Незнайки и прошли по тропе здоровья, получив конверты с буквами, из которых сейчас выложим слова и узнаем, что это за важные правила, которые нужно помнить всегда!!!

Все идут к своим магнитным доскам и выкладывают слова из букв. *(Звучит торжественная музыка)*

- здоровый
- образ
- жизни

Дети хором проговаривают свои слова на досках.

Ведущий: Вот ребята мы и помогли расшифровать загаданные слова про здоровье (ЗОЖ), которые приготовили для нас герой мультфильма. А как его звали ребята? (Незнайка). Вот эти слова должны быть вашим девизом по жизни.

Награждение команд.