**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**Центр развития ребенка – «Детский сад №8 «Лесная сказка»**

**ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ КВЕСТ**

**«В ПОИСКАХ ГЛАВНОГО СОКРОВИЩА – ЗДОРОВЬЯ!»**

Авторы:

инструктор по физической культуре Старковская Галина Викторовна

педагог-психолог Дуброва Светлана Николаевна

**Цель**: создание условий для укрепления физического и психического здоровья дошкольников.

**Задачи**:

1. Создание благоприятного эмоционального фона для взаимодействия детей друг с другом.

2. Актуализация знаний дошкольников о здоровом образе жизни, безопасности поведения.

3. Формирование основ здорового образа жизни.

**Оборудование**: мяч, карта, веревка, скакалка, зубная щетка, светоотражающий брелок, воздушный шарик, сердечко, кисточка, корзина с игрушечными продуктами питания, знаки дорожного движения, плакаты с режимом дня.

**Ход мероприятия**

*(в детский сад к центральному входу приходят 10 учащихся начальных классов, участвующих в волонтерском проекте, для помощи дошкольникам в прохождении квеста)*

**Ведущий**:

- Добрый день, дорогие ребята! Мы рады приветствовать вас в нашем детском саду «Лесная сказка»!

*День необычный сегодня у нас.*

*Мы искренне рады приветствовать вас.*

*Для умной игры выходи, детвора!*

*Игру начинать нам сегодня пора!*

**Ведущий**:

- Ребята посмотрите, сколько к нам пришло гостей, поздоровайтесь с ними. А на какое слово похоже слово «здравствуйте»?

*Дети отвечают*

**Ведущий**:

- Когда люди здороваются, они желают друг другу здоровья. Недаром есть пословица «Хочешь себе здоровья – здоровайся со всеми». Давайте и мы по приветствуем друг друга *(проводится коммуникативная игра.*

*Дети встают в круг передают друг другу мяч и по очереди говорят, например: «Здравствуйте, я Сережа!» и т.д. Ребята выполняют задание.*

**Ведущий**:

- Вот мы с вами поздоровались, а теперь мы предлагаем вам отправиться в увлекательное путешествие на поиски секретов здоровья. Мы знаем, что наши школьник принесли с собой карту. На ней отмечены места, где будут проходить испытания, выполняя которые мы с вами отыщем главные секреты здорового образа жизни.

**Ведущий**:

- Ребята, давайте посмотри на карту, где расположено первое испытание для нас?

 *Дети находят первую полосу препятствий, которая состоит из «паутины», сделанной из веревок (на аллее выпускников, где посажены деревья).*

**Ведущий**:

- Дети, сейчас нам с вами необходимо пройти через «паутинку», не касаясь ее частями тела. Готовы? Начали!

*Дети проходят полосу препятствий.*

**Ведущий**:

- Молодцы, ребята, мы с вами прошли сложный путь и получаем первую подсказку – скакалку. Куда нам двигаться дальше?

*Дети показывают на карте следующий пункт испытаний (физкультурная площадка).*

**Ведущий**:

- Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья,

Должен быть режим у дня!

*-* Ребята, посмотрите на щит, на котором распложены в разном порядке части режима дня. Сейчас нам с вами нужно в правильном порядке расположить все части и рассказать, как проходит ваш день.

*Ребята выполняют задание.*

**Ведущий**:

- Ребята, вы отлично постарались и получаете вторую подсказку – зубную щетку. Давайте посмотрим на карту и выберем, куда нам двигаться дальше.

*Ребята показывают на карте следующий пункт испытаний (площадка с разметкой, где расставлены знаки дорожного движения)*

**Ведущий**:

- Дети, посмотрите, какие знаки вы видите? Как они называются? Для чего они нужны?

*Дети отвечают на вопросы.*

**Ведущий**:

- Сперва, мы обратим внимание на светофор!

На дорогах с давних пор

Есть хозяин – светофор

Перед вами все цвета!

Вам представить их пора!

*Дети называют цвета светофора и рассказывают, что они обозначают.*

**Ведущий:**

- Перейти через дорогу

Вам на улице всегда

И подскажут и помогут

Эти яркие цвета!

- Давайте посмотрим на следующие знаки дорожного движения и подумаем, что они означают!

*Дети разглядывают знаки «Пешеходный переход», «Место остановки автобуса», «Движение пешеходов запрещено» и рассказывают, что они обозначают.*

**Ведущий**:

- А теперь мы с вами превратимся в машинки и попробуем следовать правилам движения! Когда вы услышите «красный», то, как и на красный свет светофора остановитесь на месте. Когда услышите «желтый» - будете готовиться к движению и маршировать на месте, а на «зеленый» поедете, начнете двигаться. Вы готовы?

*Дети играют в игру.*

**Ведущий**:

- Молодцы, ребята, и с этим испытанием мы справились. Наша третья подсказка - светоотражающий брелок. А теперь давайте посмотрим на карту и определим, куда нам дальше двигаться.

*Дети показывают на карте место следующего задания (огород детского сада).*

**Ведущий**:

- Ребята, прежде чем за стол нам сесть, мы ведь думаем, что съесть? Сейчас мы с вами вспомним, какие продукты полезны нам и приносят витамины, здоровье, а какие - только вред. Давайте разделимся на две команды и разложим по корзинам полезные и вредные для здоровья продукты питания.

*Воспитатель держит корзину с продуктами, ребята по очереди отбирают себе в корзины только полезные продукты.*

- Дети, мы собрали корзину продуктов, сейчас нам школьники расскажут о пользе или вреде выбранной вами пищи.

*Школьники рассказывают о продуктах.*

**Ведущий**:

- Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна лишь полезная еда! Молодцы, ребята, мы идем дальше, а за этот конкурс мы получаем четвертую подсказку – яблоко. Давайте посмотрим на карту, куда идти дальше?

*Ребята показывают на карте место следующего испытания (участок группы детского сада).*

**Ведущий**:

- Ребята, сейчас мы с вами поиграем в игру, которая называется «Ручеек дружбы». Мы выберем водящего и разделимся на пары, пары встают друг за другом, образуя «коридор» и поднимая руки вверх. Водящий двигается по «ручейку», выбирая себе пару, новая пара идет в конец «ручейка» и поднимает руки. Освободившийся игрок идет выбирать себе новую пару.

*Дошкольники и школьники выполняют инструкции.*

**Ведущий**:

- Молодцы, мы с вами интересно и весело поиграли! А получилась бы игра, если бы у нас не было друзей? Зачем нам нужны друзья?

*Ребята отвечают на вопросы, размышляют.*

**Ведущий**:

- Ребята, молодцы! Мы с вами дружно справились с заданием и получаем пятую подсказу – воздушный шарик и отправляемся дальше! Кто скажет, где нас ждет следующее испытание? Давайте посмотрим на карту!

*Ребята находят на карте место проведения игры, идут на спортивный участок.*

**Ведущий**:

- Послушайте стихотворение!

Мама, папа, брат и я

Вместе дружная семья!

Все помогают нашей маме,
убирают квартиру сами:
перемоют всю посуду,
чистота будет повсюду.

Будет чист на кухне стол,
вытрем пыль, помоем пол.
Уберём свои игрушки,
куклы, книги, безделушки.

Подумай, кто чем занят, не спеши!

Дело каждого в семье ты покажи!

**Ведущий**:

- Сейчас каждый из вас покажет, какими домашними делами любит заниматься, а мы попробуем угадать!

Дети по очереди показывают, чем любят заниматься дома, остальные ребята угадывают (мыть пол, мыть посуду, вытирать пыль, пылесосить и т.д.)

**Ведущий**:

- Молодцы, ребята! Мы с вами можем выполнять разные домашние дела, помогая маме и папе! А теперь мы получаем следующую подсказку – сердечко. Давайте посмотрим на карту, где финальное место нашей игры?

Дети выбирают на карте место начала квеста (центральный вход)

**Ведущий**:

- Мы прибыли с вами к последнему пункту нашего квеста. Школьники приготовили для вас сюрприз! У ребят есть интересное хобби (увлечение) – угадайте, какое? Это танцы! Ребята покажут вам, как красиво они умеют танцевать!

*Дети под музыку исполняют танец на прогулочной веранде.*

**Ведущий**:

- Ребята, вам понравился танец? Какие у вас есть увлечения? Кто из вас может показать, чем он занимается?

*Дети рассказывают чем они увлекаются.*

**Ведущий**:

- Ребята, мы с вами справились с последним заданием и получаем подсказку – кисточку. Наши испытания подошли к концу, мы собрали с вами семь подсказок! Каких? (Ребята перечисляют: скакалка, зубная щетка, светоотражающий брелок, яблоко, воздушный шарик, сердечко, кисточка).

**Ведущий**:

- Сегодня мы с вами искали семь секретов здоровья! Кто с помощью подсказок может рассказать, что это за секреты? Кто догадался? Что означает первая подсказка, вторая и т.д.?

*Дети отвечают на вопросы.*

**Ведущий**:

- Сегодня мы с вами нашли секреты здоровья! Это регулярные занятия физкультурой и спортом, соблюдение режима дня, соблюдение правил безопасности, правильное питание, крепкая дружба, любимая семья и интересные увлечение, которые помогают нам правильно организовать наш отдых! Мы благодарим наших больших помощников и приглашаем ребят принять участие в зимних спортивных играх и соревнованиях! Всем здоровья!