|  |  |
| --- | --- |
| **Квест «В здоровом теле - здоровый дух!»** |  |

**Цель:** Формирование у детей  здорового образа жизни.

**Задачи:**

* Закрепить умения детей как заботиться о своем здоровье;
* Воспитывать сознательную установку на здоровый образ жизни;
* Развивать у детей навыки командной деятельности, умения  договариваться.

**Оборудование:** ноутбук (планшет или телефон).

 **Демонстрационный материал:** Развивающие пазлы «Ассоциации (спорт) ».

**Инвентарь:** теннисные шарики,  одноразовые ложки, два пластиковых ведёрка, две пластиковые банки, физкультурная скамейка, гимнастические коврики, 2 кольцеброса, тенисные ракетки с воланчиками, дуги, цветные мелки.

**Прогнозируемый результат**: в ходе совместного обсуждения дети смогут систематизировать и углубить свои представления о здоровом образе жизни; отразить свое отношение к здоровому образу жизни; в совместной деятельности проявить навыки работы в команде.

**Ход   деятельности.**

Воспитатель:

Ребята, здравствуйте! Какой замечательный сегодня день! Вы заметили? *(ответы детей)*

*Звучит смс-оповещение.*

Ой, ребята, а мне пришло голосовое сообщение от Фиксиков. Возможно, им нужна наша помощь, давайте прослушаем его? *(ответы детей)*

Включение голосового сообщения от Фиксиков: «*Ребята, помогите найти телеграмму с важным сообщением. На территории вашего детского сада, находятся слова из этой телеграммы. Отправляем вам в помощь карту, где может находиться первое слово».*

Воспитатель:

Ребята, вы готовы помочь Фиксикам? *(ответы детей)*

Воспитатель:

Чтобы справиться с  важным испытанием и помочь Фиксикам, вам необходимо слушать задания внимательно, выполнять всё дружно, не ссориться, не сердиться, не кричать! Готовы!*(ответы детей)*

Карта нашего детского сада, она  поможет нам в поисках слов из телеграммы.

*Воспитатель показывает карту местности детского сада*

Воспитатель:

Ребята, как вы думаете, на карте дом как будет обозначен?

Дети:

Как четырёхугольник или квадратик!

Воспитатель:

-Правильно! Значит это наш детский сад (воспитатель показывает карандашом на карте) А вот это наша спотртивная площадка, и  нам нужно как можно быстрее отправляться туда, чтобы увидеть «точку-ориентир» с первым словом.

*Вся группа строится в колонну по двое и с речёвкой отправляется на спортивную площадку*

«Подружившись с физкультурой

Гордо смотрим мы вперёд!

Мы не лечимся микстурой-

Мы здоровы целый год!

Воспитатель:

Ребята, вот мы и нашли  фишкус цифрой №1. Как думаете, мы выбрали правильный путь?

Дети:Да!

**1 станция: «Весёлая зарядка»**

Задание: Ваше утро начинается с зарядки! Нужно выполнить зарядку под музыку.

Воспитатель: Ребята, а ведь, правда, мы каждое утро делаем в саду зарядку. А зачем мы её делаем? Может больше не будем? *(ответы детей)*

Вы правы, зарядка нам помогает укрепить наше дело, зарядить энергией и бодростью. Давайте выполним наше задание.

*После выполнения задания дети находят слово№1 из телеграммы.*

Дети: А вот ещё сигнальная фишка с цифрой «2»! ( *Ориентиры располагаются под номерами и в доступном поле зрения для детей)*

**2 станция: «Витамины для друзей»**

Задание: Необходимо перенести через мостик (физкультурную скамейку) витамины с помощью ложек.

Инвентарь: теннисные шарики,  одноразовые ложки, два пластиковых ведёрка, две пластиковые банки, физкультурная скамейка.

Воспитатель: Ребята, а как вы думаете, у кого какой витамин? *(ответы детей)* А вы знаете, зачем нам нужны они? *(ответы детей).*

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

**3 станция «Кольцеброс»**

Задание: Забросить как можно больше  колец на кольцеброс.

Воспитатель: Сейчас посмотрим, кто у нас самый меткий!

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

**4 станция «Воланчики»**

Задание: пронести тенисные воланчики на ракетках

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

**5 станция «Переправа»**

Задание: используя обручи, перебраться на дистанцию 2 метра

Инвентарь: обручи 4 шт.

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

**6 станция «Волшебные дуги»**

Задание: дети пролезают под дугами

Инвентарь: гимнастические коврики, 2дуги

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

**7 станция «Мелки Здоровья»**

Задание: Нарисуйте на асфальте, всё, что помогает быть здоровым человеку!

Воспитатель: Ребята, чтобы приступить к работе, надо вспомнить, а что нам помогает укреплять наше здоровья, и что мы сможем нарисовать из этого. *( Дети дают свои ответы, например, «можем нарисовать фрукты, потому что в них много витаминов» или «нарисую велосипед, потому что спорт помогает укреплять здоровье»)*

*После выполнения задания дети находят слово из телеграммы*

Воспитатель: Ребята, вот и закончились наши фишки, а теперь попробуем собрать все слова и составить пропавшую телеграмму?

*Дети из найденных слов составляют текст телеграммы: «В здоровом теле здоровый дух!»*

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, что значит эта фраза? А мы, когда искали слова, мы укрепляли своё тело? Скажите, а вам понравилось помогать Фиксикам? Кому то было сложно выполнять задания? А что было легче всего делать? (*ответы детей).*