**КВЕСТ-ИГРА «В ПОИСКАХ ПЛАНЕТЫ ЗДОРОВЬЯ»**

**Сюжет игры:** дети спасают разрушенную злодеями (Гастрит, Ожирение и Кариес) планету Здоровья с помощью найденных частей (осколков) планеты. Необходимо собрать все части планеты.

**Правила игры:** игра проводится одной командой (8 частей планеты, количество заданий-испытаний-8, количество игроков не менее пяти). Детям необходимо выполнить определённые задания-испытания. **При правильном выполнение испытания команда получает одну часть (осколок) планеты с описанием следующего задания.**

**1 этап: формирование у дошкольников внутренней мотивации к деятельности и планирование детьми их действий.**

Дети получают послание (видео звонок на ноутбуке) от жителей планеты Здоровья с просьбой о спасении их разрушенной планеты. Звучит голос за кадром на фоне изображения разрушающейся и исчезающей по частям Планеты Здоровья. (Приложение 1)

Принятие решения детьми о спасении планеты. Получение подсказки к выполнению задания 1: *«*В коридор выходи, в дверь направо заходи, лабиринт скорей пройди, часть планеты получи».

**2 этап: реализация детского замысла.**

**Задание 1. «Лабиринт здорового питания»** Цель: закреплять знания детей о полезных и вредных продуктах.

Команде необходимо правильно пройти лабиринт, состоящий из нескольких дорожек с полезными и вредными продуктами и получить первую часть планеты. (Приложение 2).

**Задание 2. «Викторина литературно-кулинарная»** Цель: закреплять знания о том, что полезно есть продукты с разным вкусом. Важно не использовать в пищу слишком много солёного, кислого, сладкого.

Детям предлагаются книги сказки из библиотеки Анны Петровны. Получить часть планеты участники смогут, если каждый придумает вопрос о продуктах питания, указанных в сказке. (Приложение 3).

**Задание 3. «Пирамида правильного питания»** Цель: совершенствовать полученные знания о сбалансированном питании и здоровом образе жизни.

Команде необходимо правильно собрать пирамиду из 4-х частей (1 часть-злаки и мучные изделия, 2 часть-овощи и фрукты, 3 часть-молочные и мясные продукты, 4 часть-жиры и сладости)

(Приложение 4).

**Задание 4. Игра «Магазин».** Цель: закреплять представление о том, какие продукты наиболее полезны и почему есть их необходимо регулярно, какие продукты не желательны для детского питания.

Необходимо правильно выбрать (купить) продукты в две тележки (1-полезные продукты, 2-вредные) и объяснить почему. (Приложение 5).

**Задание 5. Игра «Путаница»** Цель: продолжать знакомить детей с разнообразием витаминов их полезными свойствами и значением для организма.

Правильно распределить карточки с продуктами питания по содержанию в них витаминов А, В, С, D, Е. (Приложение 6).

**Задание 6. «Поварята»** Цель: закреплять представление о необходимости и важности регулярного питания, соблюдения режима питания, разнообразии меню.

Из карточек с различными блюдами составить дневной рацион. Можно выполнять всем вместе, или по отдельности: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин. (Приложение 7).

**Задание 7. «Очисти воду»** Цель: формирование представления о важности систематических занятий физическими упражнениями и спортом, об их положительном влиянии на развитие и здоровье. формировать представления о значении жидкости для организма человека.

За 5 минут успеть добраться до фильтра и очистить воду всем участникам команды. (Приложение 8).

**Задание 8. Викторина «Знатоки»** Цель: закреплять знания о правилах правильного питания.

Дети отвечают на вопросы. При правильном ответе участники делают шаг вперед к последней части планеты, на которой написано послание. «Спасибо вам, дети за помощь. Вы одержали победу над Кариесом, Ожирением и Гастритом, в этом вам помогли знания о правильном питании. Благодарим вас от души. Угощайтесь ароматными и полезными яблоками. В них сила земли, да ясного солнышка тепло». (Приложение 9).

**4 этап: проведение детской рефлексии по итогам деятельности.**

Планета собрана. Для чего мы ее спасли? Какое задание для вас было самым трудным? А с каким заданием вы справились без затруднений? У нас остались правила, которые находились вместе с частями планеты (конверты-советы). Кто помнит их? Что же с ними будем делать? (Предложения детей). Поделиться с другими детьми. Замечательно, что мы не только спасли планету, но и поделились правилами о правильном питании и здоровом образе жизни с друзьями.