Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №50 муниципальное образование Усть\_Лабинский район (МБДОУ №50)

**Квест - игра**

**«В поход за здоровьем»**

**Автор: Косенкова В.Н.**

**Руководитель: Андреева М. Н.**

**Молодкина М. В.**

Игра проводится с детьми 6-7 лет, количество участников не ограничено. Дети выполняют задания поэтапно, и так до тех пор пока не пройдут весь маршрут.

Цель: сформировать у детей привычку к здоровому образу жизни, закрепить основные составляющие здоровья. Задачи: закрепить знания о правильном питании, здоровом образе жизни; создать позитивное настроение в коллективе; воспитывать чувство коллективизма; формировать умение пользоваться схемой.

Ход игры:

Неожиданно дети находят сундук, в котором содержится схема – послание от Доктора Здоровейкина, в котором он предлагает детям пройти квест – игру для того чтобы стать здоровыми и узнать все о правильном питании. После того как дети ознакомятся со схемой они начинают движение по маршруту.

Двигаясь по схеме, дети находят конверты – задания, после выполнения каждого из них получают часть изображения с итоговым заданием, после прохождения всех пунктов необходимо собрать итоговую картинку.

Первый конверт – задание: «Готовим сами»

Второй конверт – задание: «Загадки повара Поварешкина»

Третий конверт – задание: «Виды спорта»

Четвертый конверт – задание: «Реклама»

Пятый конверт – задание: «Меню для сказочных героев»

По итогам прохождения дети собрали пазл на котором изображен человек выполняющий зарядку, следовательно, итоговое задание — это выполнение зарядки «Достань – яблоко». После того как все этапы пройдены дети награждаются абонементом сроком на 1 месяц для посещения тренажерного зала в детском саду.

**Первый конверт – задание: «Готовим сами»**

Цели: Актуализация словаря по темам «Овощи», «Фрукты», «Ягоды». Дифференциация растений по месту произрастания (овощи – фрукты, фрукты – ягоды). Развивать знания детей о здоровом правильном питании, познавательный интерес к окружающему миру.

Ход игры: Игру проводит взрослый ведущий с небольшой группой детей – от двух до шести человек. Каждый из них получает плоскостное изображение кастрюли. Педагог рассыпает на столе перед детьми предметные картинки с изображениями овощей, фруктов, ягод. По предложению педагога дети рассматривают и называют картинки. Один из детей получает задание отобрать и поместить в кастрюлю овощи для приготовления борща, другой – щей, третий – фруктов для компота, четвертый - ягод для компота.

В конце игры каждый из детей рассказывает, из каких продуктов он приготовил свое блюдо.

**Второй конверт – задание: «Загадки повара Поварешкина»**

Цель: развивать у детей интерес и положительное отношение к здоровому питанию. Развивать словесно – логическое мышление, воображение, внимание. Обогащать и активизировать словарный запас. Воспитывать любознательность.

Ход игры: игровое задание «Продолжи пословицу, поговорку». Воспитатель первую часть пословицы или поговорки проговаривает, а дети заканчивают пословицу или поговорку.

«Кашу маслом … (не испортишь)»

«Когда я ем … (я глух и нем)»

«Аппетит приходит … (во время еды)»

«Без капусты щи …(пусты)»

«Был квас, да не было … (вас)»

«Дорога ложка …(к обеду)»

«За обедом хлеб всему …(голова)»

«Не красна изба углами, а красна … (пирогами)»

«Овощи хороши в … (щи)»

**Третий конверт – задание: «Виды спорта»**

Цель: развитие логического мышления, внимательности, мелкой моторики.

Ход игры: каждый игрок получает по четыре или шесть карточек. Игроки по очереди описывают картинку, не показывая ее. Ребенок, у которого, по его мнению, есть описываемая картинка, предъявляет ее играющим. Если его ответ правильный, обе картинки откладываются в сторону. Если ответ неправильный, первый игрок еще раз описывает картинку, но более подробно. Игра продолжается до тех пор, пока все пары картинок не будут найдены.

**Четвертый конверт – задание: «Реклама»**

Цель: развитие синтаксической стороны речи, составление сложноподчиненных предложений. Развивать навыки здорового питания. Воспитывать умение правильно выбирать продукты для здорового питания. Расширять словарный запас за счет употребления обобщающих слов, развивать внимание и память, умение соотносить видовые понятия.

Ход игры: педагог выставляет на наборное полотно большую картину с изображением вывески «Магазин полезных продуктов» и объявляет, что сегодня в магазине проводится День рекламы полезных продуктов.

Прорекламировать продукт предлагается по определенной схеме.

1. Название продукта, принадлежность к группе (фрукты, овощи, крупы, молочные продукты и т.д.)

2. Адрес продукта (где растет, откуда привозят…)

3. Описание внешних качеств (размер, форма, цвет)

4. Вкусовые качества (сладкое, соленое, кислое, ароматное…)

5. Как можно употреблять в пищу (сырое, вареное, какие блюда можно приготовить)

6. Чем полезно человеку (улучшает зрение, полезно для сердца и т.д.)

Перечисляя пункты схемы, педагог закрепляет на наборном полотне карточки – символы.

Затем педагог приводит пример рекламы моркови: *«Уважаемые покупатели! Разрешите представить вашему вниманию морковь! Морковь – это овощ, она растет на грядке в огороде. Морковочка яркого оранжевого цвета, сладкая на вкус, очень сочная и хрустящая. Ее можно есть и сырой, и вареной, делать из нее вкусные салаты, добавлять в супы. Из моркови также можно приготовить: морковное пюре, запеканку и даже пирог! Ах, какой полезный и вкусный из моркови получается сок! Морковь очень полезна: она укрепляет наши зубы, зрение, делает красивую кожу лица, а еще морковь ценят за то, что она помогает детям быстрее расти. Покупайте морковку, растите на здоровье!»*

Затем педагог раскладывает перед детьми карточки с изображениями различных продуктов питания, предлагает рассмотреть их и выбрать те, которые они хотели бы прорекламировать. Дети по очереди рекламируют полезные продукты.

**Пятый конверт – задание: «Меню для сказочных героев»**

Цели: закреплять у детей знания и представления о полезных продуктах питания, их оздоровительном влиянии на органы и системы человека. Продолжать формировать у детей представление о необходимости заботы о своем здоровье. Воспитывать у детей желание оказать помощь.

Ход игры: педагог устанавливает на наборном полотне плоскостную фигуру повара Поварешкина и обьясняет детям, что на этот раз к повару придут необычные гости – сказочные герои. Повар Поварешкин хочет угостить их не только вкусными, но и полезными блюдами. Далее воспитатель предлагает детям помочь повару составить меню для сказочных героев.

Первой в гости к повару Поварешкину приходит Дюймовочка: на наборное полотно выставляется ее плоскостное изображение, дети вспоминают и называют сказку с участием данной героини.

Педагог просит детей подумать, какие продукты питания будут особенно полезны Дюймовочке, и выкладывает карточки с изображениями продуктов: морковь, шоколадный батончик, зелень, лук, крупы, черный хлеб, чипсы. Дети высказывают свои предположения, предлагают различные варианты продуктов, выставляя карточки с их изображениями напротив сказочного персонажа. Пример рассуждения: «Дюймовочка – очень маленькая девочка, чтобы подрасти, ей нужно есть больше таких продуктов, как морковь, зелень, лук, крупы, черный хлеб, сырые овощи, фрукты».

Затем педагог предлагает детям рассмотреть образовавшуюся рядом с Дюймовочкой группу продуктов (продукты, полезные для роста) и составить меню, то есть назвать блюда, которые можно приготовить, используя имеющиеся продукты. Например: «На завтрак можно приготовить гречневую кашу. На обед – суп, добавив в него морковь, зелень, лук, и не забыть подать к супу хлеб. Вечером можно потушить овощи, а из фруктов сварить компот».

Следующий гость повара Поварешкина – Кролик из сказки про Винни – Пуха. Педагог снова предлагает детям выбрать продукты для сказочного героя. Дети рассуждают: «Кролик плохо видит, он носит очки. Значит, ему будут полезны продукты, укрепляющие зрение, например морковь, горох, помидоры, лук, зелень, тыква, абрикос, черника, творог».

Затем педагог предлагает составить меню для Кролика, т.е. назвать блюда, которое можно приготовить, используя продукты, представленные в группе. Например: «Из творога можно испечь ватрушку, из черники приготовить джем. Сварить гороховый суп. Из помидоров, лука и зелени сделать салат. Из абрикосов сварить компот, а морковь просто натереть на терке и подать в сыром виде. Тыкву добавить в кашу».

**Итоговое задание.**

Зарядка «Достань яблоко»

Цель: способствовать снятию напряжения, восстановить умственную работоспособность у детей.

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять,  Мы идем в фруктовый сад!  Посмотри, какие  Яблони большие!  Ручкой левой потянись,  За яблочко ухватись.  Ручкой правой потянись,  За яблочко ухватись.  Дотянись, давай!  Плоды собирай! | *Шаги на месте*  *Исходная позиция (И.П.): стоя, руки опущены вниз. Встать на носки, поднять руки через стороны вверх, вернуться в и.п.*  *И.П.: левую руку поднять вверх, потянуться за рукой, зажать пальцы в кулак, вернуться в и.п.*  *И.П.: правую руку поднять вверх, потянуться за рукой, зажать пальцы в кулак, вернуться в и.п.*  *И.П.: встать на носки, поднять руки вверх и сцепить их над головой в «замок», вернуться в и.п.* |

Абонемент на посещение тренажерного зала в МБДОУ №50 сроком

на 1 месяц