КВЕСТ- ИГРА

для подготовительной группы

«В гостях у дедушки Ау»

**Цель**: формировать основы семейного здорового образа жизни.

**Задачи:**

- приобщение детей и взрослых к здоровому образу жизни;

- развитие силовых качеств, быстроты, ловкости, выносливости;

- развитие двигательной активности;

- воспитание волевых качеств (самостоятельности, выдержки, настойчивости, умения следовать правилам);

- укрепление детско-родительских отношений;

- развитие фантазии, образного мышления, смекалки, развитие речи, пополнение словарного запаса.

Предварительная работа.

На поляне, где будет проходить день здоровья, с утра папы готовят бивуак (заготавливают дрова, брёвна для сиденья и стол); воспитатель или родитель на поляне прикрепляет названия станций-заданий, написанных печатными буквами на листе формата А5 или А4, плетёт «паутину»

Снаряжение для спортивно-интеллектуальной эстафеты

- мячи баскетбольные (тыквы) 2 штуки

- мячи (арбузы) надувные разных размеров 6 штук

- канаты (брёвна) 2 штуки

- овальные круги (лужи) из линолеума или клеёнки 6-8 штук

-обручи (картофельные лунки) 2 штуки

- лейки 2 штуки

- мячики (картошка) 30 штук

- моток бечёвки (паутина) 1 штука

-корзины 2 штуки

- фрукты- овощи (картинки или муляжи) 30 штук

- палочки (прутики для шашлыка) 2 штуки

- стойки 10 штук

- зонтики 2 штуки

- карточки с загадками 12 штук

- плакаты-ориентиры станций с заданиями (по количеству заданий)

- бумажные листочки с указанием станции (по количеству заданий)

Ход игры

Дети и взрослые приходят на поляну и начинают разбивать бивуак, в это время на поляне появляется Лесовичок, возмущённый приходом незваных гостей.

Дети просят Лесовичка разрешить им погостит на поляне и обещают выполнить любое задание. Лесовичок обещает подумать, если дети и взрослые отгадают его загадку. А взрослые будут наблюдать и мне помогать (выходит заранее выбранное жюри)

Лесовичок загадывает загадку об осени.

Вот и стали дни короче,

И длиннее стали ночи,

Птицы тянутся на юг,

Пожелтели лес и луг.

Все дружно отвечаем,

Когда это бывает?

Дети и взрослые отвечают - Осенью

Лесовичок

-Правильно, осенью. Если вы порадуете красавицу-осень ласковым стихотворением, то я пущу вас лес.

Дети и родители рассказывают стихотворение об осени.

Лесовичок

- Ух, хороши ваши стихи! А погод-ка-то солнечная да тёплая, так и манит пошалить да порезвиться. Скажу вам по секрету, ведь я ещё молодой да озорной, мне всего 400 лет. А ну-ка берите из моей волшебной корзины цветные дары осени.

Дети и взрослые берут из корзины Лесовичка по одному листику жёлтого или красного цвета и объединяются в 2 команды. Придумывают названия ( У нас были «Мамонты» и «Лисята»)

Лесовичок просит рассказать о приметах осени. Подводит детей к ответу, что осенью собирают урожай в саду и в огороде.

Затем загадывает загадку о картошке

Что копали из земли,

Жарили, варили?

Что в золе мы испекли,

Ели да хвалили… (Картошка)

Лучше овоща не знаю,

Я всегда его сажаю.

Хорошо она растёт,

Красота, когда цветёт,

Можно жарить и варить,

И с грибками потушить.

Вы подумайте немножко.

Что за овощ тот? (Картошка)

Лесовичок отдаёт отгадавшему картошку и задание детям найти на поляне плакат, на котором написано «КАРТОШКА»

Команды идут по поляне и ищут станцию «Картошка»

На станции Лесовичок или помощник объясняют первое задание эстафеты .

1. Вот сейчас посадкой картошки мы с вами и займемся.

***«Посади картошку»***

Перед каждой командой лежат обручи – это лунки. По очереди участники команд берут из корзины картошку (шишку), подбегают к своей лунке и сажают картошку-шишку в лунку (кладут шишку в обруч). Бегут обратно, передают эстафету. Команда, быстрее справившаяся с заданием, побеждает, и картошка остаётся у команды-победительницы.

Лесовичок. Как быстро посадили вы картошку. А что вы забыли сделать?

Команды. Картошку нужно полить.

***2. «Поливка картошки».***

По очереди участники команд с лейкой подбегают каждый к своей лунке и «поливают» ее. Возвращаются обратно, передают лейку, а сами встают в конец колонны. Команда, быстрее справившаяся с заданием, побеждает.

Лесовичок. В моём сказочном лесу всё растёт очень быстро, и наша картошка тоже уже выросла и пора собирать урожай.

***3. «Сбор урожая».***

По очереди участники команд подбегают каждый к своей лунке и забирают свою шишку-картошку, бегут обратно, кладут его в корзину, передают эстафету и встают в конец колонны. Кто быстрее.

Лесовичок благодарит детей за то, что они помогли собрать ему урожай картошки и загадывает новую загадку (о тыквах)

В огороде – желтый мяч,

Только не бежит он вскачь,

Он как полная луна,

Вкусные в нем семена. (Тыква)

Очень вкусная она,

Много в ней секретов.

Для нас – сладкая еда,

Для Золушки – карета. (Тыква)

Команды отгадывают загадку. Лесовичок отдаёт тыкву, команды ищут на поляне табличку со словом ТЫКВА.

Лесовичок (помощник) объясняет следующее задание

***4. Эстафета «Прикати тыкву с поля»***

Первый участник катит баскетбольный мяч правой рукой до стойки. Обратно левой рукой. Передаёт эстафету следующему игроку. Побеждает команда, первая справившаяся с заданием.

Лесовичок. Какие вы ловкие да быстрые, все тыквочки мне с бахчи собрали. Так помогите ещё раз. Но сначала отгадайте загадку –ребус.

Круглый дом с зелёной крышей

С каждым днём круглей и выше

Он без окон и дверей.

А живут в нём сто друзей,

Сто весёлых карапузов.

И зовётся дом… (Арбузом)

Арбуз 

Арбузы созрели уже давно, ещё в августе. А вот собрать их у меня уж и сил нет. Помогите уж мне старому.

***5. Эстафета«Перенеси арбузы».***

Шесть мячей разных размеров (по три для каждой команды). Перед каждым

участником ставится задача: донести три «арбуза» до ориентира и вернуться назад. Тот, кто уронил «арбузы», собирает их и продолжает движение к линии старта. Удержать три мяча в руках, да еще и бежать при этом — трудная задача. Поэтому двигаются игроки медленно и осторожно.

Лесовичок. Какие молодцы. Всё собрали. Тогда вот вам ещё загадка.

Стало хмуро за окном,

Дождик просится к нам в дом.

В доме сухо, а снаружи

Появились всюду...

Ответы игроков…. (лужи)

На дороге — вот дела! —

Появились «Зеркала».

Кто наступить захочет,

Тот ноги все промочит.

(Лужи)

Команды отвечают.

В сером небе низко

Тучи ходят близко,

Закрывают горизонт.

Будет дождь.

Мы взяли...

Ответы игроков (зонт)

Лесовичок. Тогда бегите по полянке и найдите табличку со словами ЛУЖА и ЗОНТИК

Команды ищут табличку с надписями «Лужа, зонт»

***6. «Бег с зонтиком через лужи»***

А мы продолжаем наши осенние соревнования. По очереди каждый участник эстафеты в каждой команде с зонтом в руках преодолевает дистанцию, прыгая через лужи (маленькие круги из гофры).

***7. «Пройди сквозь паутину»***

Лесовичок

Ай –ай-ай! Случилась беда, паучок-крестовичок свил паутину и, если его не остановить, то он запутает весь лес. Только ваша дружба сможет спасти лес. Вы поможете?

Команды – ДА, КОНЕЧНО.

Лесовичок

- Вам нужно всем пройти через паутину и показать паучку, что вы его не боитесь, тогда он распутает свою паутину и освободит лес.

Команды преодолевают «паутину»

Лесовичок. Хорошо мы порезвились и лес от паутины освободили. Уж пора обедать нам. Что для этого нам нужно? Отгадаем вместе дружно

Что весною мы сажали,

Потом летом поливали.

Все, что осенью на грядках

Поспевает: вкусно, сладко!

Не зевай и собирай

Наш осенний... (урожай).

Поле осенью промокло,

Но зато созрела свёкла.

А в сентябрьских садах

Много яблок на ветвях. .

Что к зиме мы собираем?

Как его мы называем?

Лесовичок Чтобы добраться до обеда , нужно на полянке найти заветное слово УРОЖАЙ

Команды ищут табличку с надписью УРОЖАЙ.

Лесовичок.

А что мы будем варить на обед? Что обычно на обед подают в детском саду? На обед по традиции мы будем варить овощной суп и фруктовый компот.

***8. Эстафета «Овощи для супа, фрукты для компота»***

Напротив каждой команды обруч с овощами и фруктами. Одна команда выбирает овощи для супа, а другая фрукты для компота. Участники одной команды собирают в корзину овощи для супа, другая команда собирает фрукты для компота.

Лесовичок

А пока варится суп да компот, команды померяются силой. Паучок пообещал больше никогда не обижать лес его жителей и гостей, а из паутины он будет плести что-нибудь полезное. А это первый подарок паучка – канат, взрослым и детям для потехи.

***9. Перетягивание каната***

Лесовичок. Ну что ж, порадовали вы меня. Кто выиграл для меня не главное, а главное, что вы дружные да весёлые! Играйте, резвитесь на моей полянке, только чур, в лесу не безобразничать, веток не ломать, птиц, зверей не пугать. А я пойду и часок-другой вздремну.

А если хотите узнать, кто же всё-таки победитель, то у помощников спросите. А я уж пойду.

