**Сценарий квест-игры «В поисках сокровищ Гиппократа»**

Участники: дети подготовительно, старшего дошкольного возраста.

Образовательные области: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие».

Цель: Развитие взаимодействие семьи и ДОО по формированию ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

1. Развивать представления участников игры о составляющих здорового образа жизни.

2. Прививать желание вести здоровый образ жизни.

3. Воспитывать культуру взаимодействия при прохождении испытаний.

4. Способствовать эмоциональному сближению родителей и детей.

Материалы и оборудование: карточки с буквами «З», «Д», «О», «Р», «О», «В», «Ь», «Е» по количеству команд, маршрутные листы, воздушные шары, дротики по количеству команд, длинная веревка для прыжков, муляжи.

Предварительная работа: Беседа «Если хочешь быть здоровым», дидактические игры «Полезные и вредные продукты», «Режим дня».

Ход игры

1 этап: мотивация к деятельности.

*Общий сбор под музыку на территории дошкольного учреждения. Команды детей и родителей стоят полукругом. В каждой команде 4-5 детей и их родителей. Команды имеют соответствующую атрибутику: эмблемы, повязки и т.д.*

Ведущий: «Когда-то давным – давно врач из древнего мира Гиппократ спрятал в сундуке сокровища для потомков. Каждое сокровище – талисман, приносящий удачу и здоровье. Но сокровища были разграблены пиратами, много раз переходили из рук в руки, и наконец, были спрятаны в разных уголках мира. Ходят слухи, что и в нашем детском саду имеются сокровища, но чтобы их найти, надо пройти все испытания и проявить смекалку. Готовы ли вы к поиску сокровищ?

Тогда вперед! Найти путь к сокровищам непросто. Но можно добыть карту – подсказку. Спрятаны они в волшебных сосудах. Разбить их можно только с помощью священного оружия племени Зулу».

*Маршрутные листы в виде карты спрятаны в воздушные шары. Капитану команды надо дротиком попасть в воздушный шар, вытащить карту и провести команду к первой станции. У каждой команды – свой маршрут.*

2 этап: деятельностный.

*На маршруте квест – игры 6 станций. На каждой станции команда узнают условие здорового образа жизни, получают карточку с буквой.*

1 станция «Движение».

*Команду встречает инструктор по физической культуре*.

Инструктор по физической культуре: «Здравствуйте, друзья. Что вы ищете? Чтобы получить сокровище, вам надо пройти испытание – показать свою выносливость. Для этого объединитесь в пару, каждой паре нужно перепрыгнуть через веревку 5 раз».

*Инструктор с помощником крутят веревку. Дети прыгают через нее.*

Инструктор по физической культуре: «Врач Гиппократ говорил: Чтобы быть здоровым – надо каждый день делать зарядку. Вот часть сокровища врача из древнего мира.

Инструктор по физической культуре вручает команде букву «З».

2 станция «Здоровое питание».

*Команду встречает повар.*

Повар: «Уважаемая команда, я рад(а) приветствовать вас на станции «Здоровое питание. Вот вам мое испытание. Ребята по очереди приносят полезные продукты. Дети придумывают из них как можно больше вариантов полезных и вкусных блюд».

*На расстоянии от команды стоит стол с полезными продуктами: муляжи овощей, фруктов, мяса, рыбы, молока, сока и т.д.. Дети по очереди бегут до стола, приносят полезные продукты кулинарными щипцами, затем придумывают из них как можно больше вариантов готовых блюд.*

Повар: «Врач Гиппократ говорил: «Чтобы быть здоровым – надо есть здоровую пищу». Вот часть сокровища врача из древнего мира».

 *Повар вручает команде карточку с буквой «Д».*

3 станция «Закаливание».

*Команду встречает врач.*

Врач: «Приветствую вас, друзья. Сколько испытаний вы уже прошли? А я вам предлагаю укрепить свои силы. Для этого – представим, что мы сделаем дыхательную гимнастику».

*Дети и родители встают в круг, повторяют упражнения за врачом.*

Врач: «Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит».

*И.п. – основная стойка. 1 – вдох -  руки в стороны; 2 – выдох – наклон туловища вправо; 3 –вдох – вернуться в и.п.; 4 – выдох – наклон туловища влево, вернуться в и.п. повторить 5-6 раз.*

Врач: «Вот нагнулась ёлочка, зелёные иголочки».

*И.п. – ноги врозь, руки опущены.1 – вдох; 2 – выдох – наклон туловища вперёд; 3-4 – вдох – вернуться в и.п. – выдох. Повторить 5-6 раз.*

Врач: «Стоит Алёна, листва зелёна, тонкий стан, белый сарафан».

*И.п. – ноги врозь, руки опущены. 1 – вдох – руки через стороны вверх, подняться на носки; 2 – выдох – руки вперёд – вниз, опуститься на всю стопу; 3-4 – повторить, вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.*

Врач: «Вот детки в беретках с ветки упали, детки беретки потеряли».

*И.п. – ноги вместе, руки за голову. 1 – вдох – подняться на носки; 2 – выдох – присед; 3-4 – повторить, вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.*

Врач: «В колыбельке подвесной летом житель спит лесной».

*И.п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища. 1 – вдох; 2 – выдох сед с прямыми ногами, руки к носкам; 3 – вдох; 4 – выдох, вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.*

Врач: «Солнце утром рано встало, всех детишек приласкало».

*Выполняют упражнение хатка-йоги «Солнечная поза»: встать прямо, ноги на ширине плеч; медленно поднять руки и потянуться (внимание сосредоточить на ладонях).*

Врач: «Солнышко уже высоко. Вы потянитесь навстречу тёплым лучам, над головой высокое голубое небо. Ваше тело наливается упругой силой, бодростью, становиться стройным, гибким, сильным. Солнечные лучи проникают в каждую клеточку вашего организма. Поймайте солнечные лучики, один положите себе в сердце, остальные оставьте тем, кого вы любите, отдайте всем людям, пожелайте им добра.

Врач Гиппократ говорил: Чтобы быть здоровым – надо закаливаться. Вот часть сокровища врача из древнего мира».

*Врач вручает команде 2 карточки с буквами «О».*

4 станция «Психологическое здоровье».

*Команду встречает педагог-психолог.*

Педагог-психолог: «Добрый день, друзья! Я услышала, что вы ищете сокровище древнего мира. Я вам помогу его найти. Но сначала – потанцуйте со мной. Атрибуты для музыкального сопровождения – на столе».

*На отдельном столе расположены шумовые инструменты: жестяные банки с наполнением, маракасы, пакеты, кастрюли, палочки, колокольчики, треугольники и т.д.. Дети и взрослые устраивают шумовой оркестр, исполняя смешные первобытные движения. Музыкальное сопровождение: Gabriele\_D\_Andrea\_-\_Zum\_Zum\_Baba\_mladshie\_tanec\_indejcev\_i\_piligrimov\_*

Педагог-психолог: «Врач Гиппократ говорил: «Чтобы быть здоровым – надо почаще улыбаться». Вот часть сокровища врача из древнего мира».

*Педагог-психолог вручает команде карточку с буквой «Р».*

5 станция «Режим дня».

*Команду встречает воспитатель.*

Воспитатель: «Здравствуйте! Чтобы добыть сокровище древнего мира, каждому надо пройти лабиринт с завязанными глазами. Остальные участники команды могут вам подсказывать, как не заблудиться в лабиринте. В конце лабиринта вы берете 2 карточки и возвращаетесь назад».

*Ребенок с завязанными глазами доходят до стола с картинками, огибая фишки. Команда подсказывает направление. Каждая пара берет 2 карточки с изображением режимного момента. Возвращается обратно. Когда все карточки перенесены, каждый участник берет в руки одну карточку и выстраиваются в правильной последовательности режима дня.*

Воспитатель: «Врач Гиппократ говорил: «Чтобы быть здоровым – надо соблюдать режим дня». Вот часть сокровища врача из древнего мира.

*Воспитатель вручает команде карточку с буквой «В».*

6 станция «Интеллектуальная деятельность».

*Команду встречает методист.*

Методист: «Здравствуйте, уважаемые участники! Чтобы добыть сокровище, вам необходимо выполнить следующее испытание: все участники встают в ряд, я называю слово, первый участник придумывает слово на последний звук, следующий – на последний звук слова первого участника и т.д.. Итак, я называю слово «УМ».

*Участники играют в игру «Цепочка слов».*

Методист: «Врач Гиппократ говорил: Чтобы быть здоровым – надо тренировать не только тело, но и мозг. Вот часть сокровища врача из древнего мира».

*Методист вручает команде карточки с буквами «Ь», «Е».*

3 этап: рефлексивный

*Команды встречаются на площадке начала игры.*

Ведущий: «Внимание! Внимание! Внимание! Все команды нашли сокровище, переданное нам древним врачом Гиппократом. Чтобы разгадать, что это за сокровище, каждой команде необходимо составить из полученных букв слово».

*По команде ведущего команды составляют слово из карточек, полученных на станциях, называют составляющие здорового образа жизни, которые им говорили на станциях.*

*Ведущий берет интервью у команд.*

Ведущий: «Чем запомнился поиск сокровищ? С какими трудностями вы встретились на пути? Как смогли их преодолеть? Какое испытание было самым захватывающим? Что вы уже делаете, чтобы быть здоровыми?».