Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 124» г. Саратова

**Спортивно-оздоровительныйквест на улице с детьми старшего дошкольного возраста**

Подготовила Бердникова Елена Александровна

Инструктор по физкультуре

**Цель:** формирование основ здорового образа жизни, желания участвовать в коллективной игре.

**Задачи:**

— развивать быстроту, ловкость, выдержку, внимание, смелость и упорство в достижении цели;

— улучшать пространственное воображение с помощью умения читать карту и действовать в соответствии с планом;

— прививать интерес и любовь к подвижным играм на свежем воздухе;

— воспитывать дружеские отношения в коллективе, умение договариваться во время игры.

**Оборудован**и**е:** по 6 гимнастических палок, стоек;

1 кольцо; по 2 плана-карты для игры, обруча (для сугробов, лопатки, клюшки, шайбы; 7 карточек с загадками и заданиями, по 20 синих, желтых, красных, зелёных шаров, веревка с колокольчиками, санки, лыжи

**Участники:** дети старшего дошкольного возраста, воспитатели

Инструктор

Добрый дедушка Мороз

Не подарки пока вам принес,

Он прислал свои загадки,

Вам найти нужно отгадки.

Если справитесь с игрой,

Сюрприз вас ждет

очень большой!

Пройди по верному пути

В сугробе ты сюрприз найди!

Удачи всем желаю я,

В добрый путь, детвора!

Дети делятся на шесть команд. Каждая команда получает свой план действий — на карточках с загадками.

**Карточка 1**

Загадка

Не драгоценный камень, а светится. (Лед.)

В огне не горит и в воде не тонет. (Лед.)

Станция «Разноцветные льдинки»

В сугробе разбросаны шары четырёх цветов (по 20 шт.). Каждая команда должна собрать шары определенного цвета, после чего дети получают 1-ю снежинку

**Карточка 2**

Загадка

Проработав целый день,

Намела гору метель.

Что за горка? Как зовется?

Вам ответить мне

придется.

(Сугроб.)

Станция «Сугроб»

У участников команды по лопатке. Каждый участник должен принести на лопатке снег. Его необходимо набрать с одной стороны площадки и донести до обруча на другой ее стороне. После выполнения задания дети получают

2-юснежинку.

**Карточка 3**

Загадка

Он под шапочкой сидит,

Не тревожь его — молчит. Стоит только в руки взять И немного раскачать,

Слышен будет перезвон: «Дили-дон, дили-дон!»

(Колокольчик.)

Станция «Волшебные колокольчики»

Каждый игрок команды должен проползти под натянутой верёвкой и не задеть её. За это задание дети получают 3-юснежинку

**Карточка 4**

Загадка

Все лето стояли,

Зимы ожидали.

Дождались поры —

Помчались с горы.

(Санки.)

Станция «Быстрые санки»

Первый участник везет второго на санках до елки (колпачка, остается там, а игрок, который сидел, бежит за следующим участником, везет его до елки и остается, и т. д. После выполнения задания дети получают 4-ю снежинку.

**Карточка 5**

Загадка

Этой палкой бей смелее,

Удар был, как из пушки.

Эта палка для хоккея,

Она зовется. (клюшка).

Задание «Шайбу, шайбу»

Каждый участник команды ведет шайбу «змейкой» между стойками до ориентира, забивает в ворота, после чего дети получают 5-ю снежинку.

**Карточка 6 Станция "Лыжники"**

Загадка

Две курносые подружки

Мчатся, мчатся друг за дружкой.

Обе ленты на снегу

Оставляют на бегу.

Каждый участник преодолевает расстояние на лыжах до фишки и возвращается обратно. После выполнения задания дети получают 6-ю снежинку.

Команды, выполнившие все задания встречаются на

**Станция 7 "Снежинки"**

Загадка

Что за звездочки резные,

На пальто и на платке?

Все сквозные, вырезные,

А возьмешь —

вода в руке. (Снежинки.)

Задание

Участники команд получают с разноцветную краску, разведённую водой и рисуют на снегу снежинки.

**Инструктор.** Вот и подошла наша игра к завершению.

Вы отгадали все загадки, нарисовали чудо-снежинки, а главное, получили огромное удовольствие и заряд бодрости от игр на свежем воздухе. Но где же подарок-сюрприз от Деда Мороза? Давайте поищем.

Дети находят в сугробе ларец со сладкими призами.

Командам вручают почетные грамоты и сладкие подарки.

**Интернет-ресурсы:**

http://pandia.ru/text/79/164/97423.php

http://doshvozrast.ru/ozdorov/sport06.htm

http://nsportal.ru/detskiy-sad/scenarii-prazdnikov/2014/10/16/konspekt-sportivnogo-dosuga-my-veselye-rebyata

http://sad70.ru/news/new-703

https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/vnieklassnoie-mieropriiatiie-dien-zdorov-ia