**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 112»**

ИНН 2465105850 КПП 246501001 БИК 010407105 ОГРН 1062465077740

ОТДЕЛЕНИЕ КРАСНОЯРСК БАНКА РОССИИ//УФК по Красноярскому краю г. Красноярск

 (МАДОУ № 112 л/с 30196Я73240, 31196Я73240)

Расчетный счет: 03234643047010001900, ЕКС: 40102810245370000011

660132 г. Красноярск, пр. 60 лет образования СССР, 41 телефон 225-31-63 e-mail: mdou112@mail.ru

Методическая разработка по теме педагогического опыта

Сидоровой Марии Андреевны,

инструктора по физической культуре МАДОУ № 112

**Сценарий квест–игры для детей старшего дошкольного возраста**

**«Путешествие по городам здоровья»**

**Цель:** создание условий для развития интереса к командному решению поставленных задач через применение степ- аэробики

**Задачи:**

- совершенствовать спортивные умения и навыки, развивать выносливость, быстроту реакции, ловкость, координацию движений, бег через применения степ-платформы;
- приучать соблюдать правила игры, формировать способность к взаимодействию с партнерами по игре;
- развивать у детей умение ориентироваться на местности определять направление маршрута через работу по карте – схеме;

- способствовать сближению и организованности детей группы.

- поднять эмоциональный настрой воспитанников.

**Материалы, музыкальное и спортивное оборудование:**

Степ- платформа, мешочки с песком; мячи (среднего размера); карта маршрута; музыкальный центр; компьютер; карточки с заданиями; дуга спортивная.

**Место проведения**:

Спортивный и музыкальные залы.

**Участники:**

воспитанники старшей группы.

**Временной отрезок реализации:** 30-35 мин.

Ход занятия

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Содержание** | **Комментарии** |
| **Мотивационно-побудительный этап** | Дети старшей группы входят в спортивный зал и выстраиваются в шеренгу. - Сегодня у нас с вами необычное занятие, а квест – игра. Кто из вас знает, что такое квест? (ответы детей)Нам на почту детского сада пришло видео обращение от Незнайки. Хотите узнать, про что оно? *«Здравствуйте дорогие ребята из детского сада №112. Меня зовут Незнайка, я живу в Цветочном городе. Я хотел со своими друзьями посетить страну Здоровья. Но у меня случилась беда! Растеряйка испортил карту. Я прошу помощи у вас, она разлетелась на несколько частей... Помогите мне найти части и собрать карту.»*  | Показываем детям на компьютере видео обращение Показ видео обращения незнайки на компьютере |
| **Основной этап** | - Ребята, поможем Незнайке? - У меня есть маршрутные листы, на них изображены станции, которые вы должны пройти. -Ребята, на каждой станции за правильно выполненное задание, вы должны получить часть карты.  - Ну что ребята, готовы к такой игре? - Прежде чем начать игру, мы с вами сделаем разминку.**Разминка.**1. Ходьба и бег змейкой (с использованием степ-платформ).2. Ходьба с чередованием: правая/ левая нога на степ-платформу, левой/ правая -  на пол.3. Прыжки через степы на двух ногах с продвижением вперед.4. Ходьба в колонне по одному с остановкой у степ-платформы.- Разминка окончена, степы возьмите в руки, становись в круг, выполняем упражнения.**Общеразвивающие упражнения (ОРУ)**1.Ходьба перед степ - платформой, попеременно отрывая пятки от пола. И.П. ноги вместе, руки на поясе, 6-8 раз.2. Ходьба на месте. Поочередно ставим носок ноги на степ – платформу. И.П. ноги вместе, руки на поясе, 6-8 раз.3. Поочередный шаг на степ - платформу, руки вверх, шаг на пол, руки вниз. И.П. ноги вместе, руки вдоль туловища, по 3 раза с каждой ноги*.*4. Упражнение «Велосипед». И.П. сидя на степ-платформе, руки – упор сзади, ноги – вытянуты вперед. 6-8 раз5. Прыжок назад опираясь на степ - платформу. И.П. руки - упор на степ-платформу, тело – параллельно полу.- А теперь поделимся на две команды с помощью жеребьевки. У меня есть красные и синие фишки, вам нужно выбрать себе фишку.- Вам нужно сейчас выбрать капитана и придумать название команды.- Капитаны команд подойдите ко мне, и возьмите маршрутные листы. -Ну что ребята, я желаю вам успехов. И после прохождения всех станций встречаемся в спортивном зале.1. *Станция «город Равновесия»*

На карточке нарисовано задание.1.Пройти по прямой с мешочком на голове, встать на степ платформу, присесть и вернуться на линию старта. (что бы мешочек не упал)2.Нужно простоять на степ – платформе в позе «ласточка» 30 секунд.1. *Станция «город Ловкости»*

1.Обвести мяч змейкой между степ платформами, вернуться на исходные положения ведя мяч по прямой линии и не потерять его.1. *Станция «город Быстроты»*

Повторить движение под музыку с ускорением.*Шаг на месте 4 раза*1. Шаг ноги врозь, ноги вместе. (4 раза)

*Шаг на месте 4 раза* 1. Шаг – колено, руки в стороны (4 раза)

*Шаг на месте 4 раза* 1. Выпады в сторону (4 раза)
2. *Станция «город Ума»*

Отгадать загадки.1. **«**Для здоровья, для порядка

  Людям всем нужна…(зарядка)1. «Что полезно нам всегда:

   Солнце, воздух и…»(вода)1. «Носом медленно вдыхаем,

Свежий  … получаем!»(воздух)1. **«**Крепкими, здоровыми расти хотим,

 Для этого нам нужно соблюдать …»(режим)1. «Хочешь ты побить рекорд,

Так тебе поможет**…»** (спорт)1. В питании тоже важен режим,

Тогда от болезней мы убежим.Овощи и фрукты не заменимы,С ними получаем мы**…»** (витамины)1. Быть выносливым всегда

Помогает нам**…»** (вода)1. *Станция «город Выносливости»*

Преодолеть полосу препятствий. Команда стоит в одну колонну с мячами в руках. По сигналу участники друг за другом должны: 1. Перепрыгнуть через пеньки (степ-платформы) на двух ногах;
2. Пролезть через туннель;
3. Забросить мяч в корзину и возвращаются в конец колонны.

Получив все части карты с названиями городов, дети возвращаются в спортивный зал- Ну что ребята, все справились с заданиями? Все команды получили части карт с названиями городов? Давайте мы все вместе из частей соберем карту для нашего Незнайки. | показ маршрутных листовдети делятся по командамкапитаны берут маршрутные листыза выполненное задание капитан команды получает часть карты с названием города (город Равновесия) получают часть карты с названием города (город Ловкости)получают часть карты с названием города (город Быстроты)получают часть карты с названием города (город Ума)получают часть карты с названием города (город Выносливости)дети складывают из частей общую целую карту.  |
| **Рефлексивный этап** | - Ребята, посмотрите у нас с вами получилась карта со всеми городами, которые были у Незнайке.- А теперь мы эту карту можем отправить в Цветочную страну к Незнайке.- Вам понравилось путешествовать по городам?- Что вам запомнилось?- Что интересного узнали? |  |