Спортивный квест

**«Там, на неведомых дорожках»**

для детей старшего дошкольного возраста

**Цель:** Приобщение воспитанников к здоровому образу жизни посредством активизации двигательной деятельности.

**Задачи:**

1. Создать условия для удовлетворения естественной потребности детей в двигательной активности.
2. Формировать двигательные умения и навыки в эстафетах и основных видах движений; развивать физические качества: ловкость, координацию движений, быстроту реакции.
3. Воспитывать волевые качества, чувство коллективизма, товарищества.
4. Создать атмосферу положительного эмоционального настроя у детей.

**Ход мероприятия**

**Ведущий вместе с детьми выходят на площадку.**

**Ведущий:** Начинаем зимний праздник:

Будут игры, будет смех,

И веселые забавы

Приготовлены для всех!

Хороша красой своею,

Наша Зимушка-зима.

Повстречать её сегодня,

Собралась вся детвора!

Мне кажется, что кто-то спешит на наш праздник!

*Загадка:*

Мы слепили снежный ком,   
Шляпу сделали на нем,   
Нос приделали, и в миг   
Получился …Дети: Снеговик!

**Ведущий:** Ну, конечно, это мой друг – Снеговик Метёлкин!

**Снеговик Метёлкин:**

Добрый день! А вот и я!

Заждались, вижу, меня.

Снеговик я, снеговик!

С детства к холоду привык!

Я надел кастрюлю ловко!

Из углей мои глаза!

Нос мой — красная морковка —

Моя гордость и краса!

Я очень ждал встречи с самыми ловкими, находчивыми, и смелыми ребятами!  
  
**Снеговик проводит игру «Заморожу».**

Покажите ваши ручки,     *Дети вытягивают вперед руки и поворачивают ладони вверх-вниз*

Любят ручки поплясать,

Я сейчас их заморожу!

Ручки Вам убирать!

Покажите ваши ножки,    *Ставят одну ногу на пятку и покачивают носком вправо-влево*

Любят ножки поплясать,

Мы сейчас их заморозим!

Ножки Вам убирать!

Покажите ваши щечки,    *Дети слегка наклоняются вперед и прикасаются к щекам указательными пальчиками.*

Любят щечки поплясать,

Мы сейчас их заморозим!

Щечки Вам убирать!

**Снеговик Метёлкин:** Действительно, ребята, вы ловкие и сильные!

— Бр-р-р что-то холодом потянуло. Чувствую, Зимушка к нам идёт.

**Зима:** Я веселая Зимушка-Зима, спешила сегодня я к вам в детский сад порадовать дружных, весёлых ребят! Как же мне приятно, что вы любите зиму! Мы с Метёлкиным часто наблюдаем, как вы играете в снежки, катаетесь с горки! Приготовили мы для вас зимний сюрприз, он находится в этой коробке. На 6 замков закрыта она. Каждый замок будет открываться, после выполнения задание!  Окончив все испытания, вы откроете коробку! Задание под силу только ловким и дружным ребятам! Ну что, готовы к путешествию по неведомым дорожкам? **Дети:** Да!

**Метёлкин:** А начнем с разминки.

Зимой   вьюга завывает,  
Все дороги заметает.  
Мы погреемся немножко,  
Разотрем свои ладошки,  
Пошевелим мы плечами,  
И потопаем ногами!

**Зима:**Отправляемся в путь! Веселье продолжается, игры начинаются!

1. **Эстафета «Переправа на санях».** Родители переправляют по одному ребенку на санях до линии финиша. (Инвентарь: сани – 2 шт.; фишки – 2 шт.).

**Зима:** Санки быстро мчатся, ветру не угнаться!

Молодцы задание выполнено! Посмотрите-ка, замок открывается!

**Мелёлкин:** Девочки внимание! Мальчики внимание! Есть для вас ещё одно весёлое задание.

* **Полоса препятствий.** Пробежка змейкой парами между кеглей, пролезание через обруч, закрепленный на стойке. (Инвентарь: кегли – 6 шт; стойки с обручами – 2 шт.).

**Зима** открывает еще один замок и приглашает команды к следующему этапу испытаний.

* **Эстафета «Перенеси снежки».** Участвуют две команды. Каждый участник держит маленькую лопатку. Перед первыми игроками стоит корзинка со снежками. На расстоянии 4—5 м от команд находится вторая корзинка. Играющие по очереди берут снежки, кладут их в лопату, переносят во вторую корзинку и возвращаются к своей команде. Если снежок падает, участник должен его поднять и продолжить движение. (Инвентарь: корзинка со снежками, пластиковые лопатки – 2 шт.).

*После выполнения задания Снеговик с Зимушкой открывают 3-й замок и проходят на следующую площадку.*

* **Игра «Перешагни через сугробы».** **Снеговик:** Зима такая затейница, в ее лесу даже сугробы разноцветные! Дети от старта до финиша перешагивают через цветные кубы – «сугробы». (Инвентарь: цветные кубы 6 шт.)

**Зима:** Ребята, вы уже открыли 4 замка, остался последний! Вы не устали? Силы у вас остались? **Дети:** Да!

**Снеговик Метёлкин:** Посмотрите, дальше нам не пройти! Не пускает нас Мороз Красный нос!

**Подвижная игра «Мороз Красный нос»**(площадка ограничена).

Я Мороз — Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

*Играющие хором отвечают:*

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз!

*После этого дети перебегают через площадку оказываясь на следующем этапе, Мороз догоняет и старается их заморозить (коснуться рукой).*

**Зима:** Молодцы! Не догнал и не заморозил нас Мороз-проказник! У нас остался последний замок!

* **Эстафета «Помощники Деда Мороза».** Участвуют 2 команды. 1-ый участник надевает колпачок и берет «конфету». Необходимо оббежать фишку, вернуться в команду и передать эстафету следующему участнику. (Инвентарь: колпачки – 2 шт.; эстафетная палочка — «конфета» — 2 шт.; фишки – 2 шт.).

*Зима и Снеговик снимают последний замок и открывают коробку. В коробке – разноцветные льдинки.* **Зима:** Я вас всех благодарю и подарок вам дарю!

**Игра «Ледяные узоры».**Зима и Метёлкин хвалят детей и предлагают ребятам выложить узоры из льдинок.

**Снеговик Метёлкин:** Праздник завершать пора!

**Зима:** Крикнем празднику: Ура!