

Квест – игра

«Пять шагов до знака ГТО!»

(для детей старшего дошкольного возраста)

Фетисова Е.С.
инструктор по физической культуре
МАДОУ «Детский сад
комбинированного вида
№37 «Ягодка»

Предлагаем Вашему вниманию квест-игру «Пять шагов до знака ГТО!».

Цель: Расширить и систематизировать знания детей о Всероссийском Физкультурно-Спортивном Комплексе ГТО (ВФСК ГТО), входящими в него испытаниями. Показать путь получения знака ГТО. Формировать и развивать физические качества: ловкость, меткость, выносливость, координацию и другие. Воспитание активной гражданской позиции и уважительного отношения к своему Отечеству.

Задачи:

Образовательные:

- 1.Закрепить и актуализировать знания о ВФСК ГТО и входящих в него испытаниях.
- 2.Систематизировать знания о разных видах спорта, спортивных достижениях и здоровом образе жизни.
- 3.Приобщать детей к традициям своей страны через участие в комплексе ГТО.
- 4.Способствовать развитию интереса к занятиям физической культурой.
5. Создать условия для реализации потребности в двигательной деятельности старших дошкольников.

Воспитательные:

- 1.Воспитывать у детей уверенность в себе, самостоятельность, ловкость, развивать внимание.
- 2.Развивать коммуникативные навыки.
- 3.Мотивировать к оказанию посильной помощи товарищам.
4. Способствовать проявлению самостоятельности и инициативности.

Развивающие:

- 1.Совершенствовать скоростно-силовые качества, выносливость.
2. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении игровых упражнений.

Планируемый результат: Дети знают о составляющих комплекса ГТО, имеют навыки выполнения упражнений комплекса, сформированы двигательные движения для выполнения испытаний, умеют принимать правильное исходное положение. Умеют работать в группах и индивидуально. Обладают и применяют знания и навыки при выполнении физических упражнений в соответствии с личными умениями.

Оборудование: Секундомер, карты с маршрутом, конусы 6 шт, 2 теннисных мяча, кубики с буквами, геометрические фигуры из бумаги, пазлы спортивных объектов, музыкальная колонка.

Ход мероприятия.

Команда воспитанников во главе с воспитателем выстраивается на спортивной площадке детского сада. Звучит гимн ГТО. Мальчик и девочка вносят знамя детского сада и флаг ГТО.

Инструктор. Здравствуйте ребята! Я рада приветствовать Вас на Обще садовских «Играх ГТО»!

Под гимн ГТО испытанья пройдем,

Мы знак золотой непременно найдем!

Мы меткие, ловкие, гибкие, сильные

Нам покорятся достижения спортивные!

Инструктор. Ребята, а вы сильные? Ловкие? Гибкие?

Дети. Да!

Инструктор. Ой, ребята посмотрите к нам спешит Талисман ГТО - Медведь Потап!

Медведь. Здравствуйте ребята!

Дети. Здравствуйте!

Медведь. Вы знаете, что меня выбрали талисманом ГТО?

Дети. Да!

Медведь. Я сильный, смелый и спортивный, но вот Знака ГТО я еще не получил! Но у меня есть необычный сверток и мне сказали, что с помощью него я смогу получить знак, если пройду все испытания! Вы случайно не умеете с испытаниями справляться?

Дети. Умеем!

Медведь разворачивает сверток, читает послание: «Чтобы знак заполучить, нужно очень смелым быть! Вы в песочницу спешите 3 буквы важные найдите! Буквы правильно расставьте – Они укажут путь вам к карте!»

Медведь. Ребята, помогите мне?

Дети. Да, поможем!

Медведь. А что нам нужно сделать?

Дети. В песочнице найти три буквы!

Дети отправляются в песочницу, отыскивают кубики с буквами «Г», «Т», «О».

Инструктор: Ребята, вы молодцы, но, чтобы получить карту «Пяти шагов до знака ГТО» вам нужно в правильной последовательности выложить буквы!

Дети выкладывают буквы в последовательности: «ГТО».

Инструктор. Правильно! Теперь вы получаете карту и сможете помочь медведю Потапу пройти все 5 шагов к знаку ГТО!

Дети рассматривают карту, где указаны 5 пунктов на территории детского сада, в низу карты места для наклеек за прохождение испытаний. На каждой станции судья по виду испытаний (в костюмах талисманов ГТО, могут привлекаться родители воспитанников). Вместе с Медведем Потапом отправляются на первый пункт.

ПУНКТ 1. «Регистрация на сайте».

На пункте ребят встречает талисман ГТО Зайка Лиза.

Зайка Лиза. Здравствуйте ребята, Здравствуй Потап!

Дети. Здравствуйте!

Зайка Лиза. Ребята, а для чего вы здесь собрались?

Дети. Мы помогаем медведю Потапу пройти 5 шагов до знака ГТО!

Зайка Лиза. Молодцы! Тогда Вам нужно зарегистрироваться на сайте комплекса ГТО! А для этого Вам нужны некоторые данные! Я вам помогу. Вам нужно назвать минимум 5 физических качеств, которые можно использовать при сдаче нормативов комплекса ГТО!

Дети. Сила, ловкость, меткость, выносливость, скорость, быстроту...

Зайка Лиза. Ребята вы справились с заданием и теперь я предлагаю вам выбрать из фигур, предложенных на столе только прямоугольники синего цвета, там и будут ваши данные для регистрации!

На столе разложены геометрические фигуры разного цвета. Дети выбирают предложенные и передают их Зайке Лизе.

Зайка Лиза. Ребята, вы все сделали быстро и главное правильно! И вот что мы используем для регистрации на сайте ГТО: адрес электронной почты, ФИО, дату рождения!

Зайка Лиза. Ребята повторим вместе?

Дети. Да! Электронную почту, ФИО и дату рождения!

Зайка Лиза. Правильно, ребята, вы великолепно прошли первый шаг на пути к знаку ГТО! И я даю вам наклейку, прикрепите ее на карту, она свидетельствует о прохождении первого шага!

Дети прикрепляют наклейку на карту, прощаются с Зайкой Лизой и отправляются на пункт 2.

ПУНКТ 2. «Заявка на выполнение испытаний»

Ребят встречает талисман ГТО Волчонок Макар.

Волчонок Макар. Здравствуйте, ребята! Привет Потап!

Дети. Здравствуйте!

Волчонок Макар. Ребята, а куда вы направляетесь?

Дети. Мы помогаем медведю Потапу пройти 5 шагов до знака ГТО! И получить Знак!

Волчонок Макар. А какие шаги вы уже прошли?

Дети. Мы прошли регистрацию на сайте!

Волчонок Макар. Молодцы, я вам помогу пройти следующий шаг! Вам нужно подать заявку на выполнение испытаний! Мы выберем дату, время и место проведения испытаний! С датой и временем понятно, что это, а вот места где мы можем сдавать испытания я растерял. А вы знаете где можно заниматься физкультурой, спортом и сдавать испытания ГТО?

Дети. Знаем! На стадионе, в бассейне, в спортивном зале!

Волчонок Макар. Правильно ребята! Я вас приглашаю разделить на 3 группы подойти к столам и из пазлов собрать картинки мест сдачи испытаний комплекса!

Дети делятся на три группы, подходят к столам где лежат части картинок Спортивного зала, стадиона, бассейна. Дети собирают картинки.

Волчонок Макар. Молодцы, ребята! Вы подали заявку на выполнение испытаний комплекса ГТО! И Вы получаете следующую наклейку, прикрепите ее на карту!

Дети прикрепляют наклейку, свидетельствующую о прохождении 2 шага и отправляются на Пункт 3.

ПУНКТ 3. «Получение медицинского допуска»

На пункте ребят встречает талисман ГТО Лиса Василиса.

Лиса Василиса. Здравствуйте ребята, Здравствуй Потап!

Дети. Здравствуйте!

Лиса Василиса. Ребята, а для чего вы здесь собрались?

Дети. Мы помогаем медведю Потапу пройти 5 шагов до знака ГТО! И получить Знак!

Лиса Василиса. А какие шаги вы уже прошли?

Дети. Мы прошли регистрацию на сайте и подали заявку на выполнение!

Лиса Василиса. Молодцы, теперь вам нужно получить медицинский допуск! А как вы думаете, где проверяют наше здоровье? А как его проверяют?

Дети. Здоровье проверяют в поликлинике! Берут анализы, слушают сердце...

Лиса Василиса. Правильно! Я вижу, что вы знаете и сами наверно сдавали анализы в поликлинике?

Дети. Да!

Лиса Василиса. Молодцы, тогда вы получаете медицинский допуск! Но для того, чтобы получить наклейку о прохождении следующего шага я попрошу вас сделать вместе со мной разминку!

Дети под музыку выполняют разминку, повторяют движения за Лисой Василисой.

Лиса Василиса. Уф, вот теперь мы размялись! И я вручаю вам наклейку о получении медицинского допуска!

Дети прикрепляют наклейку на карту «Пяти шагов до знака ГТО» и отправляются на Пункт 4.

ПУНКТ 4. «Выполнение испытаний»

На пункте ребят встречает талисман ГТО Леопард Вика.

Леопард Вика. Здравствуйте ребята, Здравствуй Потап!

Дети. Здравствуйте!

Леопард Вика. Ребята, а что вас сюда привело?

Дети. Мы помогаем медведю Потапу пройти 5 шагов до знака ГТО!

Леопард Вика. А какие шаги вы уже прошли?

Дети. Мы прошли регистрацию на сайте и подали заявку на выполнение! Мы получили медицинский допуск!

Леопард Вика. Молодцы, ребята! Теперь настало время выполнить испытания комплекса! Вы знаете, какие испытания входят в комплекс ГТО?

Дети. Да! Прыжок в длину, бросок на меткость, наклон, отжимания...

Леопард Вика. Правильно, вижу вы хорошо знакомы с испытаниями ГТО! Я вам предлагаю разделить на 2 команды и пройти эстафету испытаний комплекса ГТО! Объяснение правил: Мы стартуем по одному. Перед вами 3 конуса с пентаграммами испытаний. У первого конуса мы делаем 5 отжиманий, у второго – прыжок в длину, у третьего берем мяч и бросаем его в цель, если не попали бросаем до тех пор, пока не попадем.

Дети делятся на 2 команды и выполняют задания эстафеты.

Леопард Вика. Ребята вы такие сильные и спортивные! Вы выполнили испытания комплекса ГТО!

Дети получают наклейку, приклеивают ее на карту. Проходят на Пункт 5!

ПУНКТ 5. «Оформление приказов на знак отличия»

Ребята возвращаются на спортивную площадку, где их встречает инструктор.

Инструктор. Ребята, вы смогли справиться с испытаниями, пройти 4 шага к знаку ГТО?

Дети. Да!

Инструктор. А какие шаги вы прошли?

Дети. Мы прошли регистрацию на сайте и подали заявку на выполнение! Мы получили медицинский допуск и выполнили испытания!

Инструктор. Молодцы! И так, остался последний шаг к знаку ГТО – Оформление приказов на знак отличия. Ребята, все результаты испытаний оформляются протоколом и вносятся на сайт. Затем если результат выполнен хорошо подписывается приказ о присвоении знака отличия «золотого», «серебряного» или «бронзового». И так, ребята, какой документ свидетельствует о присвоении знака?

Дети. Приказ!

Инструктор. Молодцы! И вы прошли пятый шаг и готовы получить знак отличия! Для награждения в торжественной обстановке я приглашаю вас построиться: в шеренгу становись!

Дети строятся в шеренгу. Звучит гимн ГТО.

Инструктор. Золотым знаком отличия ГТО награждается медведь Потап!

Медведь Потап. Ребята вы рады что смогли мне помочь?

Дети. Да!

Медведь Потап. Ребята, а что мы делали чтобы получить знак? Какие шаги прошли?

Перед детьми прикреплена карта.

Дети. Мы прошли регистрацию на сайте, подали заявку на выполнение, получили медицинский допуск, выполнили испытания и нам приказом присвоили Знак ГТО!

Медведь благодарит ребят за помощь, раздает буклет по тематике ГТО и символический подарок за помощь в прохождении пяти шагов к знаку ГТО.

Дети уходят со спортивной площадки.