

Квест - игра «Здоровое питание»

Автор:
Леонтьева А.А., старший воспитатель ГБДОУ д/с №1
Приморского района Санкт-Петербурга
29.04.2024 г.

Цель игры:

- Уточнить представление детей о здоровой пище.
- Приучаться работать в команде, слушать мнение друзей, вместе находить правильный ответ.
- Получать удовольствие от совместной игры.

Описание игры:

Дети делятся на 2 команды, каждая команда получает маршрутный лист с указанием станций. За каждый правильный ответ команда получает до 5 баллов.

В конце игры-путешествия все команды собираются вместе, подводятся итоги, команды-победители награждаются.

Можно наградить не только команду, набравшую больше всех баллов, но и самую быструю команду, самую дружную команду, самую творческую команду, чтобы никто не остался незамеченным.

Ход игры:

Участники игры собираются на СТАРТЕ игры для получения маршрутных листов и инструктажа.

Музыкальное вступление к игре песня В.Шаинского «Вместе весело шагать»

Ведущий.

Здравствуйте, всем! Видеть здесь рады

Друг друга активные наши отряды!

Для игры собрали вас.

Переключка здесь, сейчас!

Отряды по знаку командира произносят название, получают маршрутный лист.

Ведущий .

Начинается игра! За здоровьем в путь пора!

На СТАРТ! ВНИМАНИЕ! МАРШ!

Станция 1. «Загадочная».

1. Пчелки летом потрудились

Чтоб зимой мы угостились
Открывай по шире рот
Ешь душистый, сладкий **(мед)**
2. Из крупы ее сварили
Посолили, посластили,
Эй, ну где же ложка наша
Так вкусна на завтрак **(каша)**

3. Лук, капуста и картошка
Разных овощей немножко.
Ты в кастрюле их ищи
Это суп с названьем **(Щи)**

4. Сделан он из молока
Но тверды его бока
В нем так много разных дыр
Догадались? Это **(сыр)**

5. Что за белые крупинки?
Не зерно и не снежинки.
Скисло молоко и в срок
Получили мы **(творог)**

6. Что за белая водица
С фермы к нам в бидонах мчится?
Мы ответ нашли легко
Это просто **(Молоко)**

Станция 2. «Полезная, вредная еда»

На столе лежат продукты полезные: фрукты, овощи, ягоды.

вредные: чипсы, кириешки и т. д.

(группа делится на две команды: одна команда собирает полезную еду, другая вредную).

Станция 3. «Зеленая аптека»

- Из букв составить слово.

Для здоровья человека есть «Зеленая аптека».

В ней представлены растения. Для здоровья их значения.

Буквы в слове переставьте! И растение представьте!

1. Это медонос. Любимое дерево пчел и медведя. Такой мед самый вкусный.

ПЛИА (ЛИПА)

2. У этого дерева необычные листья. В таком лесу легко дышать и полезно. Такие ванны успокоят. Это дерево можно нарядить. НОССА (СОСНА)

3. Плоды этого кустарника вкусны. Содержат много витаминов С.

ПОВШИНКИ (ШИПОВНИК)

4. Листья этого дерева убивают болезнетворных микробов. Даже веники для бани из таких веток самые лучшие. РАБЕЗЁ (БЕРЁЗА)

5. И сладкое лакомство его плоды. И средство от простуды.

НИЛАМА (МАЛИНА)

Станция 4. «В грядке и на грядке»

Задание — когда педагог называет съедобный плод, который появляется на стебле растения, то есть на грядке, дети должны подпрыгнуть. Когда педагог называет ту съедобную часть растения, которая растёт в грядке, дети должны присесть. А если у растения съедобны обе части, то дети подпрыгивают и сразу приседают.

Педагог может путать детей, говоря одно, а показывая другое. Дети должны не поддаваться, слушать внимательно и делать всё правильно. На этой станции тоже необходимо иметь все картинки называемых фруктов и овощей, чтобы, если детям неизвестно какое-либо название, показать им его и рассказать, какая часть съедобная растения как растёт.

Примеры растений:

Картофель – в грядке

Лук – в грядке и на грядке

Арбуз – на грядке (правильнее — на бахче)

Морковь – в грядке

Тыква – на грядке

Помидор – на грядке

Редис – в грядке

Петрушка – в грядке и на грядке.

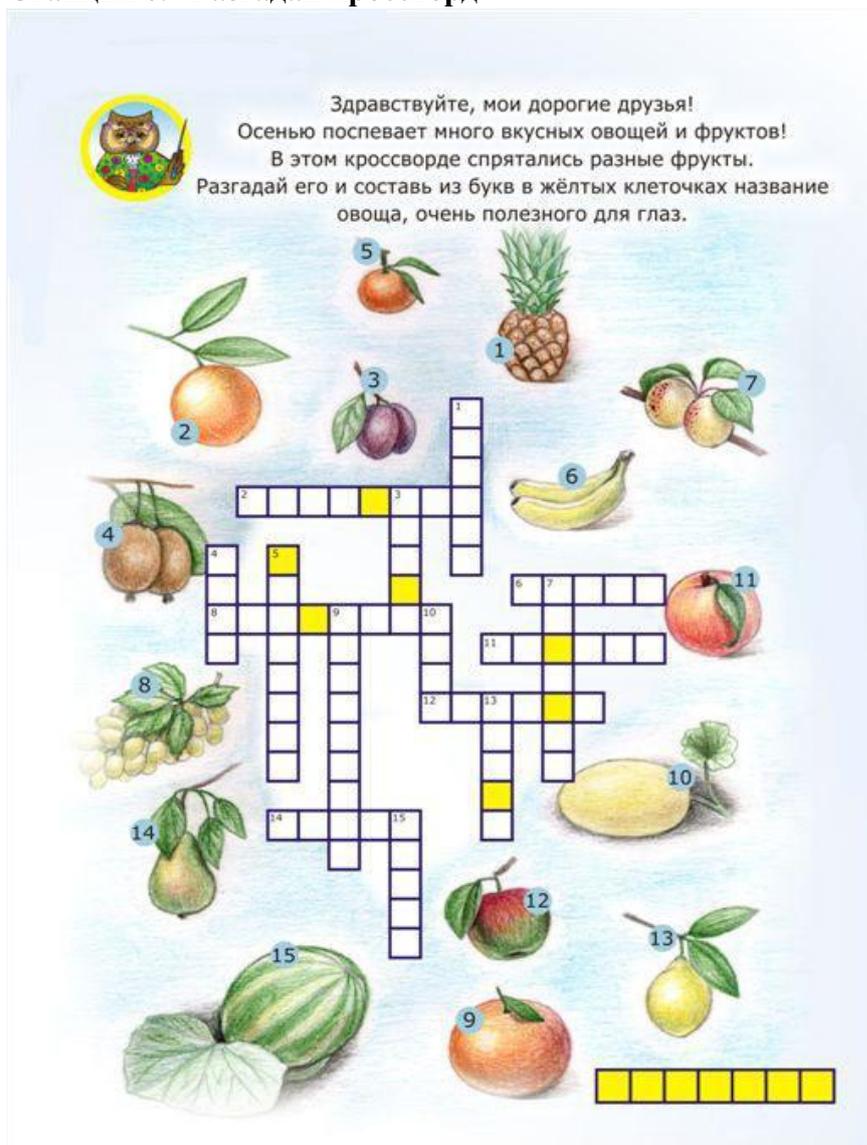
Команды, выполняя задание на этой станции, выстраиваются в два ряда. Если кто-то ошибается, он делает шаг назад. Побеждает та команда, где останется больше участников.

Станция 5. «Сказочная»

Викторина «Овощи и фрукты в литературе»

- Как называлась река в сказке Н. Носова «Незнайка и его друзья»? (Огуречная)
- В каком произведении итальянского сказочника Джанни Родари действующие лица – овощи и фрукты? («Чипполино»)
- В какой сказке действие разворачивается вокруг корнеплода? («Репка»)
- А в какой — вокруг яйца? («Курочка — Ряба»)
- Про какие вкусные и полезные фрукты Мальвина задала Буратино задачку, а он решил её неправильно? (Про яблоки)
- Какой круглый продукт из муки не хотел, чтобы его съели, и поэтому убежал от хозяйки? (Колобок)
- Какой вкусный круглый овощ оранжевого цвета превратился в одной из сказок в средство передвижения? (Тыква в сказке «Золушка»).
- В ящике с какими вкусными круглыми оранжевыми фруктами нашли очень милого сказочного героя с огромными ушами? (С апельсинами)
- Что сбрасывала с саней лиса? (рыбу)

Станция 6. «Разгадай кроссворд»



Станция 7. «Скульптурная»

Задание — слепить из пластилина овощи и фрукты.

Отряды по мере прохождения станций собираются на ФИНИШЕ игры.

Сдают ЖЮРИ маршрутные листы. Музыкальная заставка игры.

Ведущий.

Общий сбор трубите трубы!

Быть здоровым мило, любо!

Завершается игра!

Всем участникам - УРА!

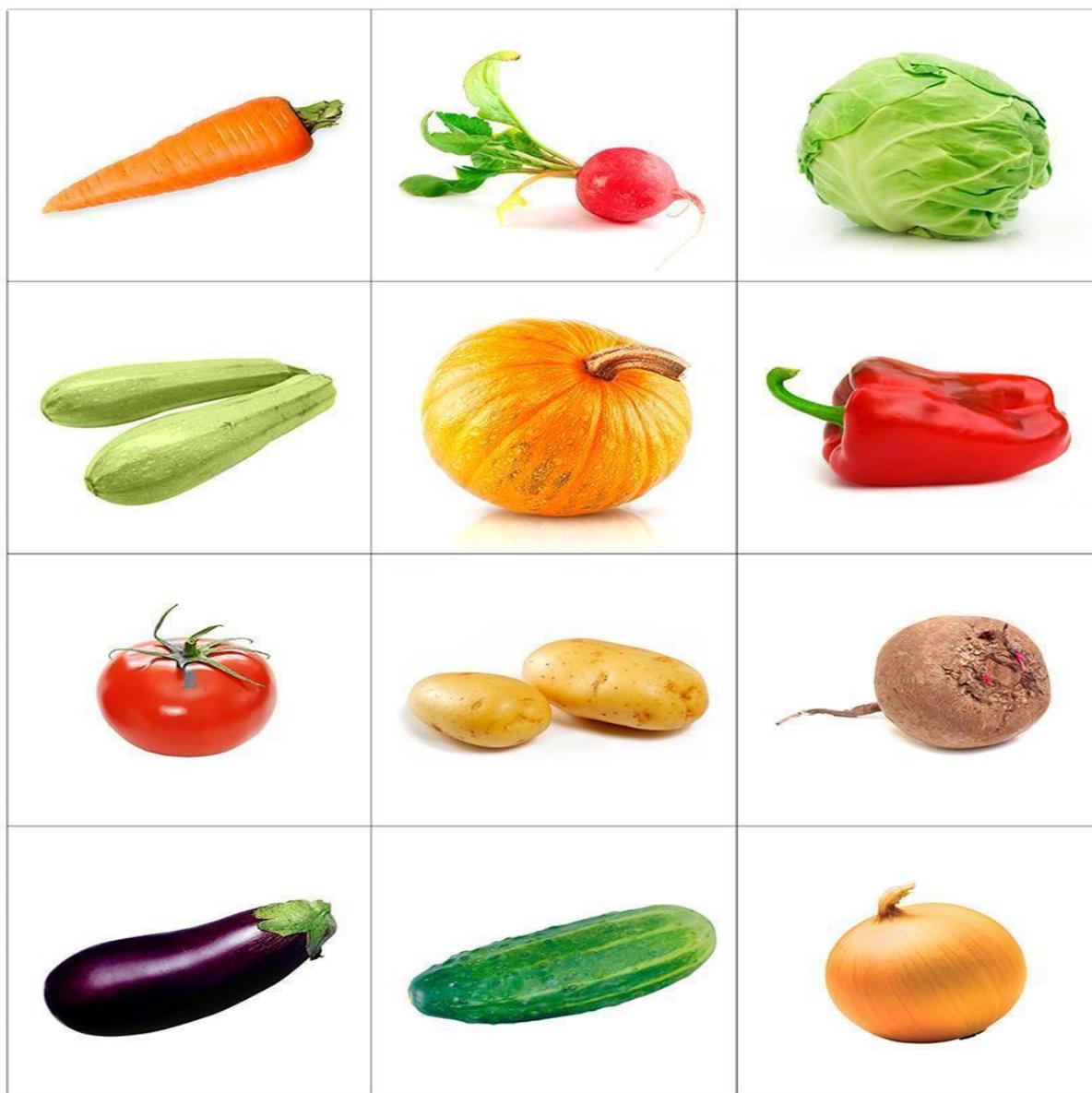
ЖЮРИ подводит итоги. Вручает свиток победителям и дипломы участникам игры.

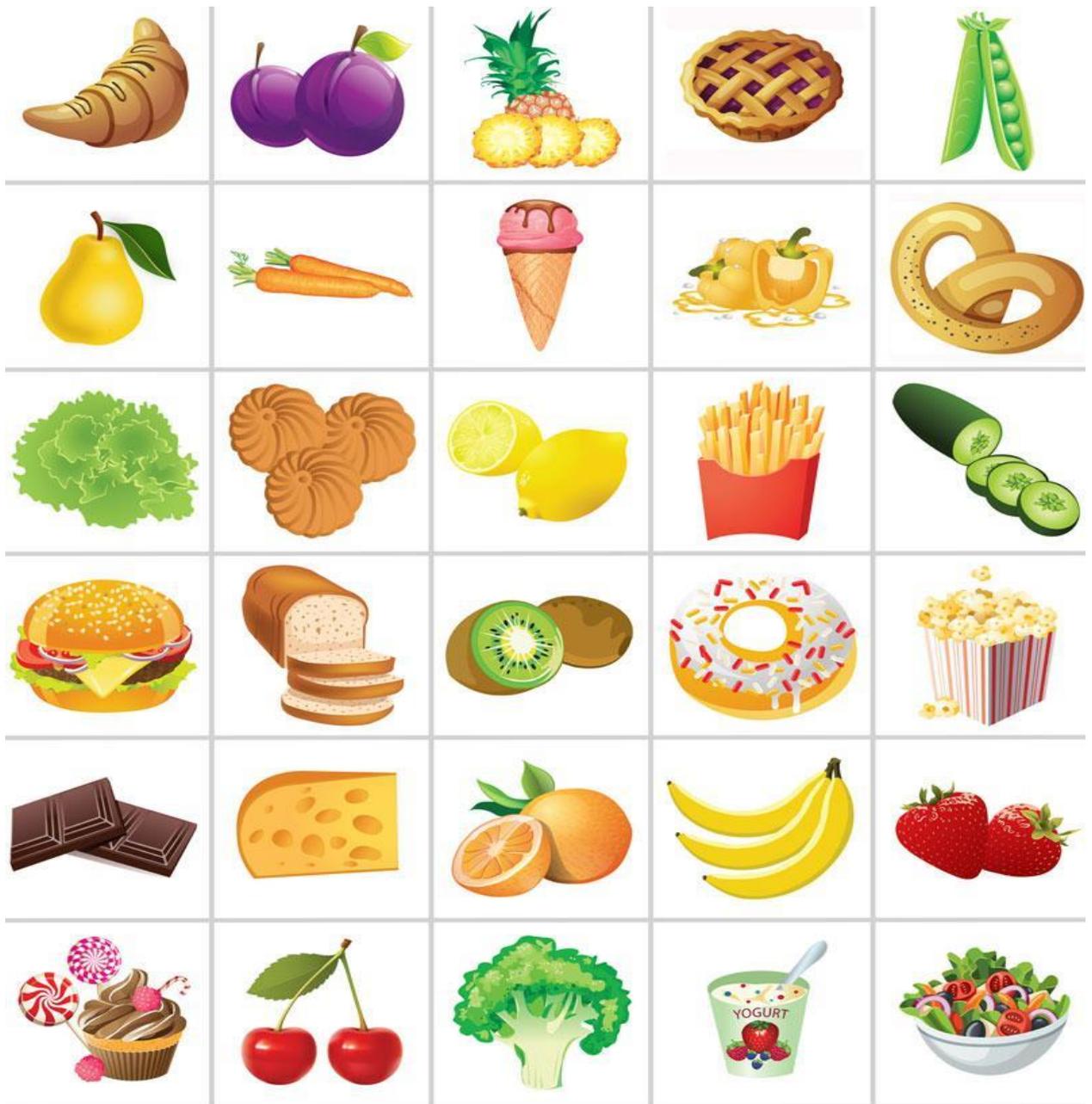
Ведущий.

Мы здоровье выбираем! Далее с пользой отдыхаем!

Всем спасибо за участие! Всем - здоровья, мира, счастья!

Просмотр содержимого документа
«ПРИЛОЖЕНИЕ 3»





ПОЛЕЗНЫЕ И ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

(c) www.woman.zp.ua

Л	И	П
А	С	С
О	Н	А
Ш	И	П
О	В	Н
И	К	Б
Е	Р	Ё
З	М	А
Л	И	Н
А	А	

Просмотр содержимого документа
«ПРИЛОЖЕНИЕ 4»

Станция 4. «В грядке и на грядке»

Задание — когда педагог называет съедобный плод, который появляется на стебле растения, то есть на грядке, дети должны подпрыгнуть. Когда педагог называет ту съедобную часть растения, которая растёт в грядке, дети должны присесть. А если у растения съедобны обе части, то дети подпрыгивают и сразу приседают.

Педагог может пугать детей, говоря одно, а показывая другое. Дети должны не поддаваться, слушать внимательно и делать всё правильно. На этой станции тоже необходимо иметь все картинки называемых фруктов и овощей, чтобы, если детям неизвестно какое-либо название, показать им его и рассказать, какая часть съедобная растения как растёт.

Примеры растений:

Картофель – в грядке

Лук – в грядке и на грядке

Арбуз – на грядке (правильнее — на бахче)

Морковь – в грядке

Тыква – на грядке

Сельдерей – в грядке и на грядке

Шпинат – на грядке

Брокколи – на грядке

Помидор – на грядке

Редис – в грядке

Репа – в грядке

Чеснок – в грядке

Петрушка – в грядке и на грядке.

Команды, выполняя задание на этой станции, выстраиваются в два ряда. Если кто-то ошибается, он делает шаг назад. Побеждает та команда, где останется больше участников.

Станция 5. «Сказочная»

Викторина «Овощи и фрукты в литературе»

— Как называлась река в сказке Н. Носова «Незнайка и его друзья»? (Огуречная)

— В каком произведении итальянского сказочника Джанни Родари действующие лица – овощи и фрукты? («Чипполино»)

— В какой сказке действие разворачивается вокруг корнеплода? («Репка»)

— А в какой — вокруг яйца? («Курочка — Ряба»)

— Про какие вкусные и полезные фрукты Мальвина задала Буратино задачку, а он решил её неправильно? (Про яблоки)

— Какой круглый продукт из муки не хотел, чтобы его съели, и поэтому убежал от хозяйки? (Колобок)

— Какой вкусный круглый овощ оранжевого цвета превратился в одной из сказок в средство передвижения? (Тыква в сказке «Золушка»).

— В ящике с какими вкусными круглыми оранжевыми фруктами нашли очень милого сказочного героя с огромными ушами? (С апельсинами)

--- Что сбрасывала с саней лиса? (рыбу)

