

**Всероссийский конкурс для работников дошкольных образовательных организаций
«Детский сад- территория здоровья», в рамках «Национальной стратегии
здоровьесбережения»**

**Номинация: Быть здоровым – это здорово!
Игра квест « Веселые повара»**

Составила игру: Недосекова Оксана Ивановна.

Цель: Сформировать у дошкольников основы культуры здорового питания как части здорового образа жизни. Закреплять ранее полученные знания о полезных продуктах и не полезных. Развивать познавательный интерес, смекалку, воспитывать уважение друг к другу, умение работать в команде.

Игра квест «Веселые повара» предназначена для детей от 5 лет и старше. Могут играть от 4 и более детей.

Предварительная работа: просмотр мультфильма «Рататуй».

В игру входит: листы с заданиями, картонные муляжи для бутерброда, овощи, книга с рецептами, коробка, медали, посуда для сервировки стола, фрукты.

Правила игры: Команда должна передвигаться по маршруту и выполнять задания на листах, отыскав в них подсказки, пройти все препятствия и заслужить приз.

Ход игры

Лист 1. Посвящение

Ведущий сообщает, что однажды она сидела возле открытого окна и читала книгу. Пока она сидела, погода немного испортилась. Начал дуть сильный ветер и она уже собиралась закрыть окно, как вдруг ветер принес ей в окно страницу из какой-то старой книги. Она вложила этот листок в книгу и вспомнила о нем только вчера. И вот оказалось, что это одна из страничек книги знаменитого повара Огюста Гюсто. Предлагает вспомнить — это тот самый повар, который вдохновлял крысёнка Реми из мультика «Рататуй».

Ведущий показывает эту страничку.

Читает текст, решают вместе кроссворд. Ответы: 1. Пирог. 2. Молоко. 3. Слива. 4.Арбуз. 5.Рыба. 6. Повар. Общее слово — повар.

После задания — торжественное посвящение в повара. Всем нужно надеть колпаки и фартуки под торжественную музыку. В кармане одного фартука повара будет лежать Лист 2 из книги Огюста Гюстена.

Лист 2. Бутерброд

В задании великий повар просит научиться делать бутерброд из полезных продуктов (огурец, помидор, сыр, листья салата, хлеб, яйцо).

Ведущий просит угадать слово по первым буквам продуктов, которые дает попробовать детям с закрытыми глазами, чтобы узнать, где находится следующий лист.

б — банан, а — ананас, н — нектарин, к — киви, а — апельсин.

Слово БАНКА (в одной из банок будет спрятан Лист 3).

Лист 3. Игра «Полезные и неполезные»

Если дети услышат название полезного продукта, хлопают, если продукт не полезный -топают. Например: морковь, чипсы, сухарики, огурцы, зефир, груша рыба, карамель, творог, чупа - чупс, ириска, кока-кола, помидор, зефир, яблоко, мармелад, виноград, сыр.

Чтобы найти следующую подсказку, нужно отгадать загадку. Ответ: стол (под столом прикреплен Лист 4).

Лист 4. Сервировка стола.

Повар просит сервировать стол. Огюста Гюсто предлагает еще задание. Эту книгу покупают не для того, чтобы читать страницу за страницей. В нее заглядывают тогда,

когда нужен совет, что-то приготовить. Что это за книга? Также ведущий зачитывает цитату из мультфильма. В книге рецептов стоящей на полке (Лист 5).

Лист 5. Готовим борщ.

Для выполнения следующего задания, нужно отгадать загадку. Ответ: кастрюля.

Отобрать овощи, которые необходимы, для борща. Последнее задание — совсем простое. Среди конфет (имитация конфет) есть конфета с подсказкой. Там указано место, где хранятся сувенирчики. Дети разворачивают конфеты и находят записку. Подарки можно спрятать в коробке.

Награждение памятными медалями с текстом «Лучшему повару за успешное прохождение кулинарного квеста», а так же каждому игроку лист с рецептом фирменного «Рататуя», который Реми показывает Колетт в мультфильме. Этот рецепт ребята могут приготовить вместе с мамой дома.

Приложение

Меня зовут Огуст Гюсто!

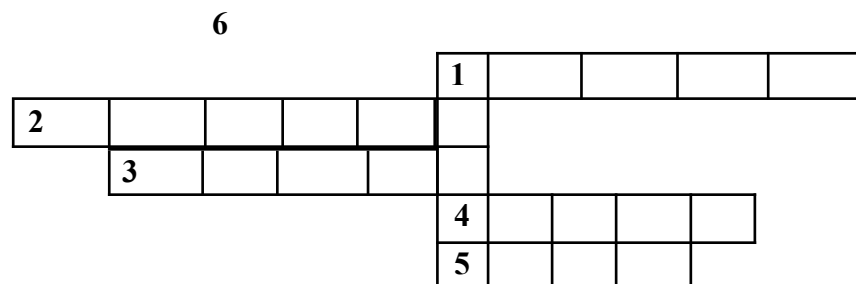
Я помогаю тем, кто любит готовить.

На страницах моей книги много загадок.

Ищите страницы и выполняйте задания.

Я подскажу вам, где найти маленький сюрприз,
который я специально приготовил для вас.

Прежде чем вы пройдёте посвящение в повара. Вам необходимо отгадать мое первое задание:



1. Я взял муку

И взял творог,

Испек рассыпчатый...

2. Коровку вы домашнюю узнаете легко! Ведь нам она подарит парное ... 3. Что за барышня такая

Смотрит с ветки, не моргая.

Синий сарафан на диво.

Догадались? Это - ...

4. Он большой, как мяч футбольный,

Если спелый - все довольны.

Так приятен он на вкус!

Что это за шар?

5. В воде она живет.

Нет клюва, а клюет.

6. Ходит в белом колпаке

С поварёшкой в руке.

Он готовит нам обед:

Кашу, щи и винегрет.

Бутерброд

Чудак математик
В Германии жил.
Он хлеб с колбасою
Случайно сложил.
Затем результат
Положил себе в рот.
Вот так
Человек
Изобрел
Бутерброд.

Задание 1

Порадуйте меня вкусным бутербродом.
- Готовить может каждый.

Задание 2

Вам предлагаю совсем простое задание попробовать с закрытыми глазами то, что вам дадут попробовать.
Вам надо запомнить первую букву каждого угаданного слова, чтобы найти подсказку.

«Полезные и бесполезные»

Задание 1

А теперь я хочу проверить, знаете ли вы «полезные и бесполезные продукты».

Задание 2

Чтобы выполнить мое следующее задание, отгадайте загадку и новую подсказку найдете тут:

Четыре братца
под одной крышей живут,
одним поясом подпоясаны.

Сервировка стола

Задание 1

В моем ресторане большое внимание уделяется сервировке столов. Вот и хочу проверить вас, как вы умеете красиво сервировать стол.

Задание 2

«Эту книгу покупают не для того, чтобы читать страницу за страницей. В нее заглядывают тогда, когда нужен совет, что-то приготовить. Что это за книга? Ищите!».

-Если ты все время будешь оглядываться назад, то не сможешь увидеть, что лежит впереди...

Готовим борщ

Задание 1

Для выполнения следующего задания, нужно отгадать загадку:

В ней варят Щи, компот и кашу
На всю семью Большую нашу!

Выберите овощи, которые необходимы, для борща.

Задание 2

Эго задание — совсем, совсем простое. Среди этих конфет есть конфета с подсказкой. Там указано место, где хранятся сувенирчики для вас!»

Рецепт от РЕМИ

«Рататуй»

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 ½ шт. сладкого перца можно разных
цветов
5 ст.л. оливкового масла
1 ½ ч.л. мелко нарезанного чеснока
½ чашки мелко нарезанного лука
3 помидора (без шкурки, семян, мелко порезать)
1 верочка тимьяна
1 веточка петрушки
½ лаврового листа
1 цуккини
1 баклажан
4 помидора типа сливка 1/8 ч.л. сушеного тимьяна
1 ч.л. бальзамического уксуса
соль и перец

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Запечь перцы в предварительно разогретой духовке до 230 0С в течение 15 минут. Переложить их в полиэтиленовый пакет. Дать остыть чтобы можно было снять кожицу. Мелко нарезать.

Смешать 2 ст.л. оливкового масла, 1 ч.л. чеснока и лук в неглубокой сковороде и тушить на медленном огне до очень мягкости, около 8 минут. Не поджаривать, не доводить до золотистого цвета.

Добавить помидоры, сок, образовавшийся при их чистке, свежий тимьян, петрушку и лавровый лист. Тушить на медленном огне до мягкости и выпаривания жидкости около 10 минут.

Добавить сладкий перец и тушить еще минут 5. Травы удалить, посолить по вкусу.

Оставить столовую ложку смеси, а остальное распределить по дну формы.

Нарезать цуккини, баклажан, помидоры очень тонкими ломтиками, выкладывать в форму начиная от середины чередуя овощи так, чтобы образовалась спираль. Смешать оставшийся чеснок, 2ч.л. масла, тимьян, посолить, поперчить, распределить смесь по овощам.

Плотно закрыть форму фольгой, печь в духовке в разогретой до 180 0С около 2 часов, потом снять фольгу и запекать еще 30 минут.

Оставленный соус смешать со столовой ложкой масла и бальзамическим уксусом, использовать для подачи. Подавать горячим или холодным...вкусно, в любом случае.