

Дружинина Евгения Евгеньевна,
Воспитатель высшей кв. категории
МАДОУ ДСКН №6 г. Сосновоборска

Квест для детей старшего дошкольного возраста
«КАША - СИЛА НАША»

Цель: формирование здорового образа жизни посредством правильного питания.

Образовательные задачи: обобщить представления детей о пользе круп и каш, их влияние на организм человека; развивать умение различать и называть злаковые культуры и крупы, из которых варят вкусные каши; расширять кругозор детей по данной теме.

Развивающие: развивать познавательный интерес, образное и логическое мышление, умение работать в группе, речь, словарный запас.

Воспитательные: воспитывать ответственное отношение к своему здоровью и желание вести здоровый образ жизни.

Ход:

Воспитатель: Здравствуйте! Я сегодня получила необычное письмо (свиток). Давайте прочитаем его. «Покинула меня силушка богатырская. Нет сил идти защищать рубежи земли русской. Помогите, люди добрые, вернуть мою силушку. Илья Муромец»

Что могло случиться с Ильёй Муромцем? Куда подевалась его силушка богатырская? И как ему помочь? Вы готовы отправиться к Илье Муромцу в тридевятое царство, в тридесятое государство и все у него узнать и помочь, если сможем?

Восп: И так. Отправляемся к Илье Муромцу на помощь.

Дети с воспитателем идут к **первой станции «Кашевары»**, где их ждет Илья Муромец с первым заданием.

Восп: Здравствуй, Илья Муромец, куда подевалась твоя силушка богатырская?

И.М.: Кашу давно не ел. Алёнушку мою похитил Колыван, и держит у себя. А мне кашу некому варить, вот и нет больше силушки моей богатырской. Как теперь Русь Матушку защищать буду? Как Алёнушку мою освобожу?

Восп: Илья Муромец, может ребята тебе смогут помочь?

И.М.: Как? Вы знаете как кашу варить? (Ответы детей).

И.М.: Тогда помогите мне выложите из карточек правильную последовательность

ДЕТИ ВЫКЛАДЫВАЮТ карточки.

«Как кашу варить» (карточки с рисунками или фото): 1. промываем, 2. заливаем водой (молоком), 3. посолить и добавить сахар, 4. довести до кипения, 5. варить на медленном огне, 6. дать напариться, 7. каша готова)

И.М.: Какие молодцы! Теперь я и сам смогу сварить себе кашу! Вот теперь силушка ко мне вернется! А вы сможете помочь освободить Алёнушку из плена Колывана? (ответы детей)

Держит Колыван мою Алёнушку у себя во дворце, запертую на пять замков. Надо выполнить пять сложных заданий – получить ключи и освободить мою Алёнушку. Справитесь?

И.М: Вот вам в помощь карта, где искать ключи, и один ключ у меня уже есть, а вам нужно достать ещё 4! А я пока кашу сварю, силы наберусь. Удачи, вам ребята! Спасибо что не отказались мне помочь, не испугались испытаний сложных.

Дети отправляются по маршруту **на вторую станцию**, где их встречает Баба Яга

Б.Я: Здравствуйте, ребята! Куда путь держите? Зачем ко мне пожаловали? (Ответы детей).

Б.Я: А ключ я так просто вам не отдам, сначала выполните мои задания. Готовы?

Вот вам для разминки загадка, отгадайте что это?

Крупку в кастрюльку насыпают,

водой холодной заливают,

И ставят на плиту вариться.

И что тут может получиться? (каша)

А из чего варят кашу? (из крупы) А вы знаете из каких растений какую делают крупу? А вот это мы сейчас и проверим! Соедините картинки **РАСТЕНИЯ** и **КРУПЫ** в пары и назовите их.

Выдаются картинки, соединяющиеся между собой по принципу пазла: просо — пшено, пшеница — пшеничная и манная, овес — овсяная, ячмень — ячневая и перловая, кукуруза — кукурузная, горох — гороховая, рис — рисовая, гречиха — гречневая.

Молодцы! Держите второй ключ! А напоследок скажите, что можно добавить в кашу, чтоб сделать ее вкуснее?

Дети: Ответы детей. (молоко, масло, сливки, сахар, мед, мясо, грибы, овощи, фрукты, ягоды, варенье, сухофрукты, специи, орехи, зелень)

Б.Я: Молодцы! Счастливого пути!

Дети отправляются на **третью станцию**, где их встречает Конь Юлий

Юлий: Приветствую вас, дети. Я конь учёный, больше всего ценю в детишках пытливый ум. Знаю, что ключи ищите от замков дверей Колывановых. Чтоб еще один ключ получить, надо мудрость свою показать. Готовы? Тогда объясните, каково значение этих выражений:

1. Он каши мало ел...
2. Каша в голове.
3. С ним каши не сварить.

Молодцы! Держите еще один ключ! И отправляйтесь дальше на поиски ключей.

Дети переходят **на четвертую станцию**, где их встречает Князь.

Князь: Я князь великий, приветствую вас, дети, в моём стольном граде. Наслышан о том. Что вы ищите ключи, есть у меня один. Выполните мое задание и тогда отдам вам его. Отвечайте на вопросы:

1. Как называется каша, сваренная из смеси круп? (Дружба, Ассорти)

2. Какую кашу называют кашей красоты? (овсяную)
3. Какая каша улучшает состояние зубов и десен и очень полезна для кишечника? (кукурузная)
4. Какую кашу называют «жемчужной»? Её любил царь Петр I и она защищает наш организм от вирусов. (перловую)
5. Какая каша самая калорийная? В ней так же есть витамины B1, B2, минерал калий. (манная)
6. Какую кашу называют «царь-каша»? (гречневую)
7. Какая каша полезна для сердца? (пшенная)
8. Какую кашу полезно есть для повышения интеллекта? (рисовую)

Молодцы! Много знаете о каше и загадки отгадывать умеете. Получайте ещё один ключ и отправляйтесь дальше в своё путешествие за ключами.

Дети идут дальше **на пятую станцию**, где их встречает Змей Горыныч.

З.Г: Доброго здоровья вам гости мои. За чем пожаловали? А вы сказки любите читать? А у меня сегодня в гостях сказки не простые, а все съедобные – про кашу. Отгадайте из какой сказки или рассказа отрывок.

1. Не беспокойся! Я видел, как мама варит. Сыт будешь, не помрёшь с голоду. Я такую кашу сварю, что пальцы оближешь! (**Н. Носов «Мишкина каша» или «Кашевары»**)

2. Он и начал варить. Много каши наварил. Мать поела, сыта стала. А горшочек всё варит и варит кашу. Как его остановить? (**Братья Гримм «Горшочек каши» или «Сладкая каша»**)

3. Заправил варево крупой. Варил, варил, помешивал, попробовал. Глядит старуха на солдата во все глаза, оторваться не может. (**русская народная сказка «Каша из топора»**)

4. И тут я вспомнил, что у нас есть хрен. С хреном, кажется, почти все можно съесть! Я взял и вылил в кашу всю баночку, а когда немножко попробовал, у меня сразу глаза на лоб полезли и остановилось дыхание, и я, наверно, потерял сознание, потому что взял тарелку, быстро подбежал к окну и выплеснул кашу на улицу. Потом сразу вернулся и сел за стол. (**В. Драгунский «Тайное становится явным»**)

Вот вам последний ключ. Теперь осталось только отнести ключи Илье Муромцу. В добрый путь!

Дети приносят ключи Илье Муромцу (тем временем к нему уже вернулась силушка богатырская). Он их благодарит и попрощавшись, отправляется во дворец Колывана.