

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»**

КВЕСТ

ТЕМА: «ЭСТАФЕТА ЗДОРОВЬЯ»

Севастополь, 2019

Квест «Эстафета здоровья» разработан для проведения открытого мероприятия для студентов всех специальностей, обучающихся в ГБОУПО «СТЭТ».

Организация-разработчик: Государственное бюджетное образовательное учреждение профессионального образования города Севастополя «Севастопольский торгово-экономический техникум»

Разработчик:

Полторак Юлия Борисовна, преподаватель высшей категории

Согласовано на заседании методического совета

Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Методист _____ М.С. Хаецкая

ПАСПОРТ МЕРОПРИЯТИЯ

Квест «Эстафета здоровья»

Тема: «Эстафета здоровья»

Цели:

- учебная – пропаганда и формирование культуры здорового питания у студентов Севастопольского торгово-экономического техникума через игру, популяризация рационального питания, создание интеллектуальной и творческой самореализации студентов.
- развивающая – формирование интереса к рациональному питанию, расширение кругозора учащихся.
- воспитательная – формирование понимания значимости ведения здорового образа жизни.

Задачи:

1. Организация работы в командах.
2. Формирование у участников игры продуктивного сотрудничества, стремления к достижению целей.
3. Коммуникация всех участников квеста, независимо от их симпатий и антипатий.
4. Соблюдение формально-ролевых принципов взаимодействия в команде игроков.
5. Вовлечение всех участников квеста в достижение конечного результата.

Целевая аудитория: студенты СПО, преподаватели спецдисциплин.

Оборудование: Мультимедийная система.

Предварительная работа:

Преподаватель: подбор материала, подготовка сценария, составление вопросов, подготовка презентаций, формирование заданий для подготовки соревнующихся.

Обучающиеся: определение состава команд, предварительная подготовка по заданиям преподавателя.

Литература:

1. Мартинчик А.Н. Королев А.А. Трофименко Л.С. Физиология питания, санитария и гигиена Москва, «Академия», 2013 г.

Интернет ресурсы:

1.. http://kuking.net/8_815.htm

2. http://www.koob.ru/ar_eddar/traktat_o_pitanii

Сайт преподавателя: jpb-2008@list.ru

Ход мероприятия

1. Организационный момент

Знакомство с участниками квеста

2. Подготовка к восприятию информации

2.1. Объявление темы, цели и задач интеллектуальной игры:

Здравствуйте уважаемые студенты, болельщики, члены жюри.

Сегодня мы встречаемся в этом зале для участия в квесте «Эстафета здоровья». Основная идея нашего мероприятия: «Я то, что я ем!» До финиша квеста дойдет только тот, кто познает принципы рационального питания!

Тема: «Эстафета здоровья»

Цели:

- учебная – Пропаганда и формирование культуры здорового питания у студентов Севастопольского торгово-экономического техникума через игру, популяризация рационального питания, создание интеллектуальной и творческой самореализации студентов.
- развивающая – формирование интереса к рациональному питанию, расширение кругозора учащихся.
- воспитательная – формирование понимания значимости ведения здорового образа жизни.

Задачи:

1. Организация работы в командах.
2. Формирование у участников игры продуктивного сотрудничества, стремления к достижению целей.
3. Коммуникация всех участников квеста, независимо от их симпатий и антипатий.
4. Соблюдение формально-ролевых принципов взаимодействия в команде игроков.
5. Вовлечение всех участников квеста в достижение конечного результата.

3. Мотивация деятельности обучающихся во время мероприятия.

Многие студенты Севастопольского торгово-экономического техникума не умеют рационально питаться. Именно поэтому необходимо провести квест по пропаганде культуры здорового питания у студентов нашего учебного заведения.

Мы хотим, чтобы студенты Севастопольского торгово-экономического техникума не только сформировали знания по правилам рационального питания, но и использовали полученные знания в повседневной жизни.

Мы научим вас питаться правильно!

4. Основная часть квеста

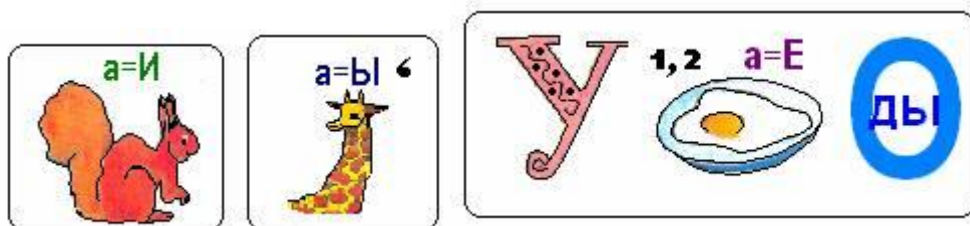
4.1. Правила квеста

- В квесте участвуют команды групп первого курса очной формы обучения.
- Каждая команда представляет свою визитку - название и девиз.
- Перед началом игры команды проходят инструктаж по правилам квеста, получают свой маршрутный лист для прохождения этапов квеста по площадкам.
- На каждой площадке за правильные ответы команда получает фрагмент итогового пазла.
- Задача каждой команды как можно быстрее пройти маршрут и собрать итоговый пазл.
- Время нахождения на площадках ограничено. Если команда не успевает выполнить задание в обозначенное время, она получает штрафной балл.
- Победившей считается команда быстрее всех прошедшая по маршруту, ответившая правильно на все вопросы на площадках, получившая меньше всего штрафных баллов, правильно собравшая итоговый пазл и создавшая лучшую памятку по здоровому питанию студентов.

Сценарий квеста.

1 площадка «Угадай-ка»

Командам предлагаются ребусы, разгадав которые, они определяют название основных компонентов пищи (белки, жиры, углеводы) - лимит времени 5 минут



2 площадка «Зачем я нужен?»

Команда должна определить физиологическое значение белков, жиров, углеводов и витаминов в питании человека. Лимит времени 5 минут
Команда должна определить физиологическое значение белков, жиров, углеводов и витаминов в питании человека.

Белки

Строительная, защитная, энергетическая,
терморегуляторная

Жиры

Строительная, энергетическая, защитная

Углеводы

Строительная, двигательная, защитная,
каталитическая, регуляторная,
транспортная, энергетическая.

3 площадка «Правильные покупки»

Из предложенных продуктов питания команда собирает свою корзину покупок и объясняет свой выбор. Лимит времени 7 минут.

4 площадка «Страна витаминов»

Команда определяет значение витаминов и их содержание в продуктах питания. Лимит времени 10 минут

1. Определить в каком продукте больше всего витамина С (киви, апельсин, лимон, банан).
2. С помощью интерактивной презентации определите значение витаминов в рационе питания человека.

5 площадка. «Не болей-ка»

1 задание.

Из перечня заболеваний, команды должны определить те заболевания, которые могут возникнуть при неправильном питании. Лимит времени 10 минут

Заболевания: пищевое отравление, авитаминоз, ожирение, ОРВИ, грипп, диабет, коклюш, гипертония.

2 задание.

Предложите мероприятия по профилактике заболеваний, возникающих при неправильном питании.

6 площадка- итоговая «Собери пазл»

1 задание. Каждая команда собирает пазл из фрагментов, полученных на каждой площадке. В результате получается пирамида питания. Лимит времени 20 минут



2 задание. Команды создают свою памятку по рациональному питанию студентов.

Подведение итогов

Жюри оценивает работу команд, производит подсчет баллов и определяет победителей.

Ведущий квеста благодарит обучающихся за активное участие, поздравляет команды с положительными результатами игры, вручает грамоты.

5.Обобщение и систематизация полученной информации

5.1. Подведение итогов мероприятия

Как вы думаете, во время сегодняшней игры мы достигли те цели, которые были названы перед квестом?

5.2. Рефлексия

Ведущий: В заключение нашей игры мне бы хотелось, чтобы вы закончили названные мною предложения:

- Сегодня я узнал, что....
- Меня удивило, что...
- Теперь я буду....