

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 23 «Вишенка»

Познавательная викторина в старшей группе «Продукты питания»



Воспитатель: Лузан М.М.

Познавательная викторина «Продукты питания»

Цели:

- ✓ Закреплять знания детей о продуктах питания и их значении для человека;
- ✓ Закреплять понятия «здоровая пища», полезные продукты, вредные продукты;
- ✓ Развивать умение распознавать полезную и вредную пищу и практических навыков в ее выборе;
- ✓ Воспитывать у детей культуры питания, ответственное отношение к своему здоровью;
- ✓ Прививать желание вести здоровый образ жизни.

✓ **Оборудование и материал:** мультимедийная установка, презентация «Продукты питания», наборы для опытов, крупы: рис, овес, гречка.

Ход викторины:

✓ Команды входят в зал

✓ **Воспитатель:** Здравствуйте, дорогие ребята! Ответьте на вопрос «Что на свете дороже всего?»

✓ Правильно здоровье. А что значит быть здоровым, мы узнаем из стихотворения:

✓ 1 ребенок: Чтоб здоровье сохранить,

✓ Организм свой укрепить,

✓ Знает вся моя семья

✓ Должен быть режим у дня.

✓ Следует, ребята, знать

✓ Нужно всем подольше спать.

✓ Ну а утром не лениться —

✓ На зарядку становиться!

✓ 2 ребенок: Чистить зубы, умываться,

✓ И почаще улыбаться,

✓ Закаляться, и тогда

✓ Не страшна тебе хандра.

✓ У здоровья есть враги,

✓ С ними дружбы не води!

✓ Среди них тихоня лень,

✓ С ней борись ты каждый день.

✓ 3 ребенок: Чтобы ни один микроб

✓ Не попал случайно в рот,

✓ Руки мыть перед едой

✓ Нужно мылом и водой.

✓ Кушать овощи и фрукты,

✓ Рыбу, молокопродукты —

✓ Вот полезная еда,

✓ Витаминами полна!

4 ребенок: На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

Воспитатель: Сегодня мы проведем игру – викторину «Знатоки правильного питания». Мы устроим соревнование и узнаем, какая из команд является лучшим знатоком правильного питания. Предлагаю вам, дорогие ребята, проявить свои умения и знания в игре - викторине. У нас сегодня будет две команды. Это команда девочек «Умницы» и команда мальчиков «Умники». Вместе мы попробуем разобраться, что означает «правильное питание», какие продукты полезные, а какие представляют опасность для нашего здоровья. За каждый правильный ответ команда будет получать апельсин– символ победы. У какой команды будет больше апельсинов, та и победит. Победителям будет присвоено звание «Знатоки правильного питания». Желаю всем удачи!

Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку.

Игра «Да и Нет»

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? (*Да*)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (*Да*)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (*Нет*)

Щи – отличная еда

Это нам полезно? (*Да*)

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? (*Нет*)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (*Да*)

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

Ведущий: Итак, первое задание «Загадки». На экране воздушные шары, каждый ребенок отгадывает загадку, воздушный шар лопается появляется отгадка.

Молодцы! Все загадки отгадали!

Ведущий: Следующее задание, назови и положи в корзину только полезные для здоровья продукты. (на экране появляется корзина и продукты, ребенок называет по одному продукту, я ложу его в корзину) Молодцы! Отлично справились!

Ведущий: Наши глазки устали, отдохнем немного.

*Гимнастика для глаз
«Овощи».*

<p>Ослик ходит выбирает, Что сначала съесть не знает. Наверху созрела слива, А внизу растёт крапива, Слева – свекла, справа – брюква, Слева – тыква, справа – клюква, Снизу – свежая трава, Сверху – сочная ботва. Выбрать ничего не смог И без сил на землю лег.</p>	<p><i>Обвести глазами круг. Посмотреть вверх. Посмотреть вниз. Посмотреть влево – вправо Влево — вправо. Посмотреть вниз. Посмотреть вверх. Зажмурить глаза, потом поморгать 10 раз, (повторить 2</i></p>
---	---

- Воспитатель:* Итак, следующее задание.
- Овощи – это очень полезные продукты, которые необходимы каждому человеку для защиты иммунитета и хорошего здоровья, особенно они важны для растущего детского организма.
- «Угадай, какой овощ на подносе» (на подносе под салфеткой муляж продукта). Командам ставятся подносы, а на них продукт - муляж, накрытый салфеткой. Команды задают друг другу вопросы. Вопросы о его полезности или вредности, какой он на ощупь, по вкусу, цвету, но вопросы должны соответствовать одному ответу: да или нет. В итоге команды должны узнать, о каком продукте идёт речь.
- Воспитатель:* Следующее задание «Найди пару».
- Перед вами карточки с разными ситуациями, вам необходимо объединить их в пары и объяснить свой выбор. На экране появляется задание, все вместе проверяем результат.
- Давайте немного отдохнем и поиграем в игру. Игра, в которую мы сейчас поиграем, называется «Вкусный обед». Можно я буду поваром, а вы – возьмёте на себя роли овощей и фруктов. Выберите себе медальон, наденьте и рассмотрите его. Мы приготовим борщ. Из чего варят борщ? (из овощей). А еще сварим компот. Какие продукты нужны для компота?
- Дети:* Фрукты (яблоки, груши, абрикосы, виноград)
- Я напоминаю вам правила игры:
1. Под музыку скачем поскаками. С окончанием музыки все продукты бегут к своим кастрюлям - обручам: красный обруч – в нем варится борщ, синий обруч – в нем готовится компот.
 2. Во время бега соблюдайте дистанцию друг с другом, не наталкивайтесь друг на друга, не создавайте опасных ситуаций;
 3. Повар похвалит те продукты, которые быстро и правильно найдут свою кастрюлю.
- Продукты собрались вокруг повара и взяли за руки:
- Дети встают вокруг взрослого, берутся за руки и идут по кругу, произнося слова:*
- Ты, наш повар, не ленись!
За обед скорей берись.
Ты почисти нас быстрее,
Чтобы был обед вкусней.
Приготовишь ты сейчас:
Вкусный борщ, компот из нас.

После окончания слов под музыку двигаются подскоками в разных направлениях.

С окончанием музыки бегут к кастрюлям – обручам.

Воспитатель: Проверьте себя и своих товарищей, правильно ли вы заняли место!

И я проверю, все ли вы продукты правильно положили в борщ и в компот.

Воспитатель: Последнее задание «Из чего можно сделать сок» для одной команды. Ребята, а вы знаете что, человеку необходимо пить 6-7 стаканов жидкости в день: молока, чая, сока и воды. Меньше употребляйте газированных напитков, т. к. они содержат вещества, вредные для вашего организма. Предпочтение отдавайте напиткам, полезным для здоровья. Предлагаю первой команде выбрать продукты из которых можно сделать сок.

«Из чего делают каши».

Каша – это очень полезные, питательные, вкусные и необходимые продукты питания, которые дети должны употреблять каждый день на завтрак. Доказано, что все каши полезны для детей. Предлагаю второй команде выбрать продукты, из которых можно приготовить кашу.

Воспитатель: Весело мы с вами провели время. Вы отлично справились со всеми заданиями. Показали хорошие знания о полезных и вредных продуктах.

Подведение итогов, победителям вручаются медали «Знатоки правильного питания», всем детям раскраски на память.

Воспитатель: Помни всюду и всегда для твоего здоровья

Полноценная еда – важнейшее условие!