



Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 61 города Тюмени
(МАДОУ д/с № 61 города Тюмени)

КОНСПЕКТ

Игры – викторины в старшей группе 5-6 лет

«Разговор о правильном питании!»

Воспитатель: **Акатьева Татьяна Николаевна**

Тюмень, 2022г

Цель: формирование у детей представления о здоровом образе жизни, о правильном питании.

Задачи:

Образовательные:

- расширять и систематизировать знания детей о правильном питании, о вредных и полезных продуктах.

Развивающие:

- развивать любознательность, словарный запас.

Воспитательные:

- воспитывать у детей стремление к здоровому образу жизни и к правильному питанию;

- формировать навыки работы в команде, создать условия для совместного сотрудничества.

Предварительная работа: Беседы о полезных продуктах, витаминах, правилах питания. Рассматривание книг, альбомов, иллюстраций. Просмотр мультфильма Смешарики «Азбука здоровья - Правильное питание».

Ход викторины:

Воспитатель: Здравствуйте, дорогие друзья! Совсем недавно мы с вами смотрели мультфильм Смешарики, кто помнит, о чём была серия?

- Действительно, о здоровье, а именно о правильном питании!

- Сегодня мы с вами проведём игру – викторину «Разговор о правильном питании!». Устроим маленькое соревнование и узнаем, кто из вас является знатоками правильного питания. Для этого мы поделимся на две команды.

(Деление на команды приёмом «Разрезная картинка». Предварительно берутся картинки, каждая разрезается на части, все части перемешиваются. Каждый из ребят берет по детали. Задача - найти остальные части и объединиться в команды).

- Предлагаю вам проявить свои умения и знания в игре - викторине. Вместе мы попробуем разобраться, что означает «правильное питание», какие продукты полезные, а какие представляют опасность для нашего здоровья. По ходу викторины мы будем выполнять задания, и за каждый правильный ответ получать витаминку – символ победы. В конце подведём итоги викторины. У какой команды будет больше витаминок, тот и победит. Победителям будет присвоено звание «Знатоки правильного питания». Желаю всем удачи! Все готовы?

- Вперёд! К новым знаниям и победам!

(На столе песочные часы. На каждое задание даётся определенное время.)

1 задание: «Полезная, вредная еда»

На столе лежат картинки с полезной и вредной едой, нужно разделить картинки по категориям полезная и вредная еда, кто быстрее справится тот и получает витаминку.

2 задание: «Отгадай загадку»

*Чтоб быть здоровым без заминок,
Ешь побольше... (витаминов).*

*С мылом чистой водой
Руки мой перед... (едой).*

*Есть полезно разные продукты,
Вот, к примеру, овощи и... (фрукты).*

*Чтоб здоровым всегда быть,
Надо за едой следить.
Реже ешь ты углеводы,
Только чистую пей... (воду).*

*Есть в нём кальций и белок,
Ешьте чаще вы... (творог).*

*Золотистый и полезный,
Витаминный, хотя резкий,
Горький вкус имеет он....
Обжигает... не лимон. (лук)
В огороде по порядку*

*Занимают сестры грядку.
С в оранжевой обновке
Щеголяют все... (морковки)*

Воспитатель: Здорово, вы отлично справились с заданиями.

3 задание: Ответьте на вопрос «Что такое здоровый образ жизни» чья команда больше назовет ответов, та и получит витаминку.

1. Занятия физкультурой и спортом;
2. Утренняя гимнастика;
3. Закаливание;

4. Правильное питание;
5. Режим дня;
6. Личная гигиена;
7. Здоровый сон;
8. Прогулки на свежем воздухе;
9. Употребление витаминов.

4 задание: Игра «Полезно - неполезно»

Воспитатель: Ребята, а сейчас мы с вами поиграем. Я буду называть продукты, если продукт полезный, хлопните в ладоши и громко скажите «Да!», если неполезный, тогда все дружно топните и скажите «Нет! »

- Компот (Да)
- Пепси, лимонад (Нет)
- Жвачка (Нет)
- Конфеты (Нет)
- Овощи (Да)
- Чипсы хрустящие (Нет)
- Молоко и каша (Да)
- Фрукты, протокваша (Да)

Воспитатель: Молодцы, хорошо справились с этим заданием. А теперь давайте немного отдохнём.

Физкультминутка «Фрукты»

Будем мы варить компот. (маршировать на месте)

Фруктов нужно много. Вот. (показать руками - "много")

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить,

Отожмем лимонный сок,

Слив положим и песок. (имитировать, как крошат, рубят, отжимают, кладут, насыпают песок)

Варим, варим мы компот, (повернуться вокруг себя)

Угостим честной народ. (хлопать в ладоши)

Воспитатель: Отлично! Вы сегодня хорошо справились с заданиями. Пора подвести итоги нашего конкурса-викторины. Сейчас мы подсчитаем, у кого сколько витаминок!

Воспитатель подводит итоги, победителям присваивают звание «Знатоки правильного питания» и всем вручает по апельсину.