

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным
осуществлением познавательно – речевого развития воспитанников
№ 27 «Теремок» посёлка Комсомолец

**Викторина для детей среднего и старшего возраста по теме:
«Здоровое питание - это здорово».**

Подготовила воспитатель
МБДОУ « Детский сад» № 27
«Теремок» п. Комсомолец
Арсентьева Т.Н.

2020год.

Викторина « Здоровое питание – залог здоровья»

Цель: формировать культуру пищевого поведения.

Задачи:

1. Систематизировать знания о полезных пищевых продуктах.
2. Развивать устойчивое внимание, мышление, память.
3. Воспитывать интерес детей к занятиям по культуре питания, желание вести здоровый образ жизни.

Ход мероприятия.

Ведущий.

Здравствуйте, дорогие друзья! Я говорю вам “здравствуйте”, а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья?

Наверное, потому, что здоровье для человека самая главная ценность.

Сегодня у нас необычное мероприятие, сегодня мы подведем итоги нашей работы, а именно закрепим знания о полезных продуктах питания.

А сейчас, давайте поприветствуем участников нашей викторины « **Здоровое питание – залог здоровья»**

Внимание!!! Аплодисменты нашим командам!!!

Выход команд.

Участники команд усаживаются на места.

Представление членов жюри.

Итак, внимание мы начинаем викторину « **Здоровое питание – залог здоровья»**

1 тур. Представление команд.

Команда «Апельсинки»

Девиз:

Золотые апельсинки,
Это солнца витаминки,
Это шутки, это смех,
Это радость и успех.

Команда «Витаминки»

Девиз:

Витамины всем нужны,
В жизни очень мы важны
Витамины побеждают,
Никогда не унывают.

2 тур «Кастрюлька, вари!!!»

Ведущий.

Ребята, отгадайте загадку.
Крупу в кастрюлю насыпают,
Водой холодной заливают,
И ставят на плиту вариться.
И что тут может получиться?
(Каша)

Ведущий.

Лучше каши нет на свете,
Обойди весь белый свет!
Любят взрослые и дети,
Кушать кашу на обед.
В каще много витаминов,
Каша нам всегда нужна,
В каждом доме, в каждой кухне,
Каша быть всегда должна!
А из чего готовят каши???

А теперь внимание, послушайте задание!

Сейчас каждая команда получит несколько кастрюль, в которых варятся каши .(*картинки с изображением кастрюли с крупой*)

Ваша задача, внимательно рассмотреть и определить какая каша варится в кастрюле.

Работа жюри .Подведение итогов.

3 тур «Узнай по вкусу!!!»

В чем еще кроме каши очень много витаминов?

А сейчас,мы узнаем насколько хорошо у вас развиты вкусовые качества.
Этот конкурс пройдет в виде эстафеты, участники команды по очереди будут подбегать к столу и с завязанными глазами определить по вкусу какой фрукт или овощ они попробовали.(*на тарелках со шпажками разложены овощи и фрукты*)

Работа жюри .Подведение итогов.

Овощная разминка.

Сейчас каждый из участников выберет себе картинку с овощем. Внимательно посмотрите на свою картинку. Задание следующее : я сейчас буду читать стихотворение Сергея Михалкова «Овощи», как только вы услышите название своего овоща нужно встать с места и сесть. Приготовились? Будьте внимательны!

ОВОЩИ

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла:
Картошку,
Капусту,
Морковку,
Горох,
Петрушку
и свеклу.

Ох!...

Вот овощи спор завели на столе -
Кто лучше, вкусней и нужней на земле:
Картошка?
Капуста?
Морковка?
Горох?
Петрушка

иль свекла?

Ох!...

Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала:
Картошку,
Капусту,
Морковку,
Горох,
Петрушку
и свеклу.
Ох!...

Накрытые крышкою, в душном горшке
Кипели, кипели в крутом кипятке:
Картошка,
Капуста,
Морковка,
Горох,
Петрушка

и свекла.

Ох!...

И суп овощной оказался не плох!

Оглашение итогов 3 тура.

4 тур Кроссворд «Молоко и молочные продукты».

Каждой команде по очереди буду загадывать загадки. Если команда не отгадывает, то возможность дать ответ переходит команде соперников.

1. Догадайтесь, Кто такая?
Белоснежная, густая.
Сливки взбили утром рано,
Чтоб была у нас...(*сметана*)

2. Я в стаканчике, рожке,
Вкусное и нежное.
Сделано на молоке,
Чаше - белоснежное.
В морозилках проживаю,
А на солнце сразу таю. (*мороженое*)

3. Бутербродов без него
Просто не бывает.
В каши разные его
Часто добавляют.
Мажется легко оно,
И, конечно, ясно,
Имя есть ему одно,
Это имя: ...(*масло*)

4. Он рыхлый, белоснежный,
На вкус бывает нежный,
С ним делают пирог,
Зовут его ... (**творог**)

5. Не надеясь на прививки,
Мы употребляем... 9 (**сливки**)

6. В удивительном продукте,
Есть и молоко, и фрукты.
В нём бывают понемногу.

Кто же он? Конечно ... (**йогурт**)

7 для всех Из него так много разных
Вкусных делают вещей!
И всегда, с пелёнок, сразу,
Всех им кормят малышей.
Нам даёт его корова,
И, конечно, ты легко,
Угадаешь это слово:... (**молоко**)
Подведение итогов 4 тура.

Игра со зрителями: 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 отменная еда
Это нам полезно? (**да**)
Мухоморный суп всегда-
Это нам полезно? (**нет**)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (**да**)
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки (**нет**)
Овощей растет грядка
Овощи полезны? (**да**)
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (**да**)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (**да**)
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? (**да**)

5 тур «Назови полезные и вредные продукты».

(каждый член команды, выбирает картинку с изображёнными продуктами и объясняет, какая еда вредная, какая полезная)

Жюри подводит итоги викторины.

Музыкальная пауза.(дети старшей группы исполняют частушки)

Молоко, кефир,бананы,
Крупы, масло и сметана,
Мясо с рыбой нам нужны,
Чтоб скорее мы росли.

Если хочешь быть изящной,
Кушай овощ настоящий,
А омлетик из яйца,
Улучшает цвет лица.

Если хочешь быть здоров,
Ешь капусту и морковь,
Ну а будешь чипсы есть,
Ты не сможешь в платье влезть.

Ешь орехи для ума,
Мёд для наслаждения,
Ну а ягоды нужны
Нам для вдохновения.

Мы частушки вам пропели
Хорошо ли, плохо ли,
А теперь мы вас попросим,
Чтоб вы нам похлопали.

Подведение итогов. Награждение команд.