

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 каше 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,

Чаще - 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 растёт гряды  
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.**