

## Игра «Счастливый случай» по теме «Полезная еда»

старшая группа

Задачи

1. Научить детей осознанно подходить к своему питанию.
2. Развить способность к умозаключениям.
3. Воспитать культуру поведения за столом.

Оборудование: 2 детских столика, 2 скатерти, 2 набора столовой посуды, бочка с написанными заданиями, 2 чашки чая с одинаковым количеством сахара (в одной чай горячий, в другой -тёплый), сахар, 2 стакана (1-с солёной водой, 2-с простой), муляжи овощей и фруктов, коробочки из-под соков, йогуртов, молока, кефира, конфеты, жевательная резинка, чипсы, леденцы, продукты из игры «магазин», разложенные на большом подносе; 2 корзины, яблоки для присуждения очков(или другие фрукты).

В игре участвуют персонажи сказки «Винни Пух и все, все, все».

Появляется Сова.

СОВА. Здравствуйте, дети! Начинаем игру «Счастливый случай», посвящённую теме «Полезная еда». Главным судьёй и ведущим программы буду я – мудрая Сова. Участвовать в игре будут 2 команды. За каждое правильно выполненное задание команда будет получать очко. Раз игра у нас про полезную еду, то и очками нам будут служить полезные, содержащие много витаминов яблоки.

С песней входят Винни Пух и Пятачок.

ВИННИ ПУХ

Куда идём мы с Пятачком?

Большой-большой секрет!

И не расскажем мы о том.

ВМЕСТЕ И нет, и нет, и нет!

ВИННИ ПУХ Здравствуйте! Мы не опоздали?

ПЯТАЧОК Мы тоже хотим участвовать в игре!

СОВА Отлично! Винни, ты будешь капитаном вот этой команды. А ты, Пятачок,-капитаном этой.

ПЯТАЧОК Ой, Винни. Мы с тобой 2 капитана!

## **Первый гейм «Разминка»**

**Сова** Поскольку на пищеварение оказывает благотворное воздействие красиво сервированный стол и внешний вид подаваемых блюд, мы попробуем правильно и красиво накрыть стол.

### **Эстафета « Кто скорее накроет стол»**

Дети строятся в 2 колонны. Каждый держит в руках какой-либо предмет сервировки. Первые участники подбегают к столу, накрывают его скатертью, возвращаются к своей команде и передают эстафету следующему участнику. При подведении итогов учитывается не только скорость, но и правильность сервировки.

## **Второй гейм «Заморочки из бочки»**

Сова подносит бочку к команде и даёт участникам самим вытянуть вопросы.

### **Вопросы для команды Винни Пуха**

1. Помните, Винни Пух и Пятачок пришли в гости к Кролику, посидели, покушали. Но, когда пришло время уходить, медвежонок застрял в проёме двери. Почему? ( он слишком много съел и растолстел)
2. Когда и где можно есть сладкое - на прогулке, в постели перед сном, в автобусе, в театре, за столом после еды, когда смотришь телевизор, когда сидишь в кино? (после еды)
3. Что нужно сделать перед едой? (помыть руки с мылом)
4. Сколько раз нужно прожевать каждый кусок? (не менее 30 раз)
5. На какую часть языка можно положить таблетку, чтобы не чувствовать её горький вкус и почему? ( на любую, кроме задней, находящейся ближе к корню языка. Потому что на ней располагаются «горькие» сосочки)
6. Можно ли есть на ходу? (нет, можно подавиться. и пища тогда может попасть в дыхательное горло)
7. Чем полезна и чем вредна жевательная резинка? ( резинка очищает полость рта и зубы от остатков пищи, но если её долго жевать, она заставляет работать желудок впустую)

### **Вопросы для команды Пятачка**

1. Сколько сахара можно класть в чашку? (не более 2 кусков)
2. Почему есть сладости в любое время вредно? ( может испортиться аппетит, заболеть живот и зубы, будешь плохо расти и чаще болеть)
3. Можно ли есть всё вместе: суп с компотом, котлету с киселём, салат со вторым блюдом? ( Нет, это не件лезно. У каждого продукта своё время переваривания)
4. Что нужно сделать после еды? ( прополоскать рот водой чтобы удалить остатки пищи)
5. Полезны ли чипсы? ( нет, жаренная пища вредна для желудка)

6. Сколько раз в день можно есть? ( пять- 1 и 2 завтрак, обед, полдник и ужин)
7. Можно ли разговаривать во время еды? ( нет, даже есть пословица « Когда я ем, я глух и нем»).

### **Третий гейм « Наши исследования»**

Винни Пух и Пятачок выбирают по одному участнику из каждой команды, которые будут проводить опыты.

#### **Опыт для команды Винни Пуха.**

Цель: Доказать зависимость вкусовых ощущений от температуры продукта.

Ребёнку предлагается сделать 2 глотка (горячий и тёплый чай), содержащих одинаковое количество сахара. Ребёнок говорит, что чай горячий не очень вкусный, потому что в нём «мало сахара». Для контроля ребёнок кладёт по одному куску в каждую чашку, и размешав, пробует ещё раз. В результате приходит к выводу, что тёплый чай кажется слаще, чем горячий.

#### **Опыт для команды Пятачка.**

Цель: Доказать зависимость вкусовых ощущений от последовательности приёма пищи разного вкуса.

После солёной воды ребёнку предлагается попробовать простую воду. Она кажется ему сладкой.

### **Четвёртый гейм « Ты – мне, я- тебе»**

СОВА. Чем питаются животные? Одни из них едят растительную пищу. И называются они травоядными. Даже огромный слон питается травой и ветками деревьев. Другие животные- хищники. Они питаются мясом. Некоторые хищники( например, медведи) едят и мясо, и растительную пищу.

Вот видите, животные едят только то, что им положено, что им полезно. И у них редко болят желудки.

А как же надо правильно питаться детям, чтобы не болеть? Сейчас вы загадаете друг другу загадки о здоровой пище.

Дети поочередно загадывают друг другу загадки.

#### **Загадки команды Винни Пуха**

Былинкой была,

Всё воду пила.

Побелела, растолстела,

Словно сахар захрустела.

Вот я лето прожила,

Одевалась, одевалась,

А раздеться не смогла. (капуста)

Круглая, а не солнце,

Желтая, а не масло,

Сладкая, а не сахар,

С хвостиком, а немышь. (репа)

В летнем солнечном тепле

Я расту, расту.  
Голова моя в земле,  
Косы на ветру.  
А зимою на боку  
Я лежу без кос.  
Из меня снеговик  
Можно сделать нос. ( морковь )

### **Загадки команды Пятачка**

Само с кулачок,  
Красный бочок.  
Тронешь пальцем- гладко,  
А откусишь- сладко. (яблоко)  
Ярко-жёлтый, ароматный,  
Кислый, но на вкус приятный.  
Хорош очень с чаем он,  
Называется... (лимон)  
Было зелёное платье атласное.  
Нет, не понравилось, выбрала красное.  
Но надоело также и это.  
Платье надела синего цвета. (слива)

### **Пятый гейм. « Гонка за лидером »**

СОВА Мы подошли к последнему, решающему конкурсу нашей игры. Столы у нас уже накрыты. На них не хватает только угощения. Но к столу мы подадим только продукты, полезные для здоровья. На большом подносе лежат разные продукты, вы должны выбрать и положить на стол только те, которые полезны.

### **Эстафета «Полезные продукты»**

Участвуют 2 команды. Первые игроки берут с подноса продукт, полезный для здоровья, ставят его на стол, возвращаются к своей команде и передают эстафету следующему играющему. Побеждает команда, первая выполнившая задание.

### **Подведение итогов.**

Сова подсчитывает, сколько яблок в корзине у каждой команды.