

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ЯМАЛО-НЕНЕЦКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД «БЕЛОСНЕЖКА»
П.ПУРПЕ-1 ПУРОВСКОГО РАЙОНА

Познавательная викторина **«Если хочешь быть здоров»**



Разработан
Гаруновой И.Г., воспитателем

Пурпе-1, 2015год

Цель: способствовать формированию у детей основ культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные:

- научить детей выбирать самые полезные продукты;
- уточнить и закрепить представления о витаминах и их содержании в продуктах питания;
- продолжать знакомить детей со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека, с продуктами, необходимыми человеку каждый день;

Развивающие:

- развивать логическое мышление, упражнять в классификации предметов;
- развивать связную речь и словарный объём детей;
- развивать умение отвечать на вопросы воспитателя полным предложением, аргументировать свое мнение;
- активизировать познавательную деятельность воспитанников, их интеллект, память, внимание, слух.

Воспитательные:

- формировать познавательный интерес к рациональному питанию, желание быть здоровым;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни;
- привести к пониманию, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми.

Предварительная работа с детьми: беседы «Полезные и вредные продукты», «Здоровая пища», настольно - печатная игра «Азбука здоровья», дидактические и словесные игры «Назови лишний предмет», «Где какая витаминка спряталась».

Предварительная работа для проведения игры: расставить столы и стулья, подобрать музыкальное сопровождение, двигательную разминку, назначить жюри, подобрать загадки, картинки для заданий, сигнальные флажки, звездочки для подсчета голосов.

Ход игры:

Ведущий:

- Ребята, сегодня, в конце нашей «Недели здоровья», я предлагаю вам поиграть в очень увлекательную и познавательную игру «Если хочешь быть здоров». Но прежде чем начать игру, предлагаю разделиться на команды с помощью разрезных картинок (количество команд может зависеть от количества детей). На столе разложены части разрезных картинок. Воспитатель предлагает взять каждому по одной части и объединиться в соответствующие группы. Таким образом, дети делятся на 4 команды, выбирают капитанов и придумывают название команды.

Ведущий:

-Итак, в сегодняшней игре будут сражаться 4 команды.

(Ведущий представляет команды, капитанов и всех членов команд, дети занимают свои места).

Ведущий напоминает правила игры:

1. Вопрос или задание слушать внимательно, иначе не сможете правильно ответить.
2. Если команда знает правильный ответ, то поднимает флажок. Выкрикивать нельзя.
3. Отвечает первой та команда, которой был задан вопрос.
Если команда ответила неверно, право ответа передается другой команде.
4. Отвечает в команде тот участник, которого назначил капитан.
5. За каждый верный ответ или правильно выполненное задание команда получает балл и получает звездочку.
5. Во время ответов нельзя подсказывать и выкрикивать.
6. Побеждает та команда, которая наберет большее количество баллов.

Ведущий:

-Состоит наша сегодняшняя игра из четырех конкурсов.

Первый конкурс называется «Отгадай загадку»

Каждой команде нужно отгадать по одной загадке и немного рассказать о пользе продукта- отгадки. Выигрывает та команда, у которой правильный ответ.

Загадки:

Пчелки летом потрудились,
Чтоб зимой мы угостились.
Открывай пошире рот,
Ешь душистый, сладкий... (мед)

Из крупы ее сварили,
Посолили, подсластили.
Эй, ну где же ложка наша?!
Так вкусна на завтрак... (каша)

Что за белая водица,
С фермы к нам в бидонах мчится?
Мы ответ нашли легко —
Это просто... (молоко)

Не окрошка и не супчик.
Свекла в нем, морковь, огурчик.
Подают нам на обед
С постным маслом... (винегрет)

Второй конкурс «Витаминки»

На столе лежат конверты, в которых фишки с буквами А, В, С, Д. На другом столе разложены картинки продуктов, в которых содержатся эти витамины. Команды по очереди выбирают конверт, находят продукты, в которых

содержится соответствующий букве витамин, и рассказывают о его пользе и влиянии на организм.

Картинки:

Морковь, арбуз, персик, абрикос, тыква, помидор (витамин А); хлеб, гранат, фасоль, орешки, мясо (витамин В); шиповник, чеснок, яблоко, смородина, лимон, апельсин (витамин С); молоко, сыр, творог, яйцо, печень, рыба (витамин Д).

Витамин А очень важен для зрения, его еще называют «витамином роста».

Витамин В дает энергию нашему организму, помогает сердцу хорошо работать.

Витамин С укрепляет весь организм, защищает от простуды. Если все-таки простудился, то с его помощью можно выздороветь быстрее.

Витамин Д укрепляет наши косточки.

Музыкальная двигательная разминка(по усмотрению воспитателя)

Третий конкурс называется «Что лучше?»

В этом конкурсе каждой команде по очереди задается один вопрос, на которую нужно ответить и обосновать свой ответ.

Вопросы:

1. Что лучше – морс или лимонад?
2. Что лучше – орешки или чипсы?
3. Что лучше – компот или Кока-кола?
4. Что лучше – йогурт или чупа-чупс?

Четвертый конкурс «Сложи картинку»

На столе лежат конверты с разрезными картинками –утренняя гимнастика (или занятие спортом), игры на свежем воздухе (или прогулка), полезная еда, закаливающие процедуры (или дневной сон). Командам нужно сложить картинку и «назвать» ее. Выигрывает та команда, которая справится с заданием быстрее остальных.

После того, как все команды выполнили задание, ведущий уточняет у детей, поняли ли они, что это за картинки. (Все они составляющие факторы ЗОЖ).

После четвертого конкурса ведущий благодарит команды за интересную игру и предоставляет слово жюри. Жюри подсчитывает баллы и вручает дипломы.