**«Игра-викторина по станциям**

**в страну вредных и полезных продуктов»**

**Подготовила воспитатель:** Коновалова Оксана Николаевна

**Цель:**

*Дать представление о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день.*

*Научить детей выбирать самые полезные продукты.*

**Задачи:**

*Формировать у детей представление о важности правильного****питания****, как составной части сохранения и укрепления своего****здоровья и окружающих****.*

*Воспитывать желание заботиться о своем****здоровье****, формировать привычку к****здоровому образу жизни****.*

*Помочь понять, что****здоровье****зависит от правильного****питания****, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.*

**Ход игры-викторины:**

Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами проведём игру-викторину  по станциям в страну вредных и полезных продуктов. Давайте с вами разделимся на две  команды.

**1 команда – *«Свёкла»***

**2 команда – *«Груша»***

**Приветствие команд:**

*Здравствуй, солнце золотое*

*Здравствуй, небо голубое.*

*Мы навстречу вам откроем*

*Наши  ладошки и наши сердца!*

**Правила игры – викторины:**

Вам нужно будет  выполнить определённые задания.

За выполнение задания команда получает баллы.

В конце игры-викторины, наше уважаемое жюри подведет итог.

**1. Станция*«Полезная»  -*Рассказ о полезных и вредных продуктах.**

**Задание***:*командам предлагается разместить по группам изображения полезных и вредных продуктов – кто быстрее и правильнее это сделает.

**2. Станция *«Садовая»***---  **Эстафета***«Сбор полезных овощей и фруктов»*

**Задача:** Одна команда собирает овощи, другая фрукты

**Реквизит:** Карточки - Фрукты и овощи

**3. Станция «*Литературно-кулинарная»****«Овощи и фрукты в литературе»*

— Как называлась река в сказке Н. Носова «Незнайка и его друзья»? *(Огуречная)*

— В каком произведении итальянского сказочника ДжанниРодари действующие лица – овощи и фрукты? *(«Чипполино»)*

— В какой сказке действие разворачивается вокруг корнеплода? *(«Репка»)*

— А в какой — вокруг яйца? *(«Курочка — Ряба»)*

— Про какие вкусные и полезные фрукты Мальвина задала Буратино задачку, а он решил её неправильно? *(Про яблоки)*

— Какой круглый продукт из муки не хотел, чтобы его съели, и поэтому убежал от хозяйки? *(Колобок)*

— Какой вкусный круглый овощ оранжевого цвета превратился в одной из сказок в средство передвижения? *(Тыква в сказке «Золушка»).*

— В ящике, с какими вкусными круглыми оранжевыми фруктами нашли очень милого сказочного героя с огромными ушами? *(С апельсинами)*

**4. Станция *«Собери корзину полезных продуктов»*  - участвуют капитаны команд**

**5. Станция *«Что каким бывает?»***

— Что бывает длинным?  -*огурец, кабачок…*

— Что бывает красным? - *помидор, яблоко, перец, вишня, черешня, свёкла, редис, гранат*…

— Что бывает зелёным?  - *огурец, яблоко, арбуз, груша, цуккини, авокадо, сельдерей, капуста, брокколи, лук, киви…*

— Что бывает жёлтым?  -  *дыня, лимон, яблоко, лук, алыча, черешня, репа, банан*…

— Что бывает оранжевым?  - *апельсин, мандарин, тыква, мандарин*…

— Что бывает синим?  - *слива, баклажан*…

— Что бывает круглым? -  *арбуз, яблоко, помидор, тыква, репа, лук, апельсин, мандарин…*

— Что бывает сладким?  - *арбуз, яблоко, банан, груша, апельсин, мандарин, манго…*

— Что бывает коричневым?  -  *картофель, орехи…*

— Что бывает большим?  -  *арбуз, дыня, тыква*…

— Что бывает горьким?  - *лук, чеснок, хрен, редька*.

**6. Станция «*Загадочная»***

**Задание** — отгадать загадки с хоровым ответом.

Ну-ка ложка, друг любезный!  
Дай нам съесть обед… *(полезный)!*

Овощи нам есть не грустно,  
Потому что это… *(вкусно)!*

Целый день не знаю бед,  
Ем на завтрак я… *(омлет).*

Из зелёных листьев рад,  
Есть я на обед*… (салат).*

Со шпинатом очень дружен,  
Есть шпинат люблю на… *(ужин).*

**7. Станция *«В грядке и на грядке»***

**Задание**— когда воспитатель называет съедобный плод, который появляется  **на грядке**, дети должны **подпрыгнуть.** Когда воспитатель  называет ту съедобную часть растения, которая растёт **в грядке**, дети должны **присесть**. А если у растения съедобны обе части, то дети подпрыгивают и сразу приседают.

Картофель – *в грядке*

Лук *– в грядке и на грядке*

Морковь – *в грядке*

Тыква *– на грядке*

Свёкла – *на грядке*

Сельдерей – *в грядке и на грядке*

Брокколи – *на грядке*

Помидор – *на грядке*

Редис – *в грядке*

Репа – *в грядке*

Груша – *на грядке*

Черешня – *на грядке*

Чеснок **–***в грядке*

Петрушка – *в грядке и на грядке.*

**8. Станция*«Да и нет»***

**Задание**: Я вам задаю вопрос, на который вы должны ответить или «Да» или «Нет», также можно дать пояснение ответу.

— Все продукты одинаково полезны*? (Нет)*

— Питание человека должно быть разнообразным? *(Да)*

— Есть нужно очень быстро? *(Нет)*

— Витамин Д вырабатывается в организме чело​века только под воздействием солнечных лучей? *(Да)*

— Ужинать надо перед тем, как ложишься спать, что не быть всю ночь голодным? *(Нет)*

— Яблоки весной так же полезны, как и осенью? *(Нет)* потому что зимой пока они хранятся, витамины в них разрушаются.

— Для нормального функционирования человеку необходимо в день 2,5 литра воды? *(Да)*

— Есть нужно один раз в день? *(Нет)*

— В день можно съедать по целой шоколадке? *(Нет)*

— В молоке, мясе и яйцах тоже есть витамины*? (Да)*

— Летучие вещества фитонциды, которые есть в луке, убивают болезнетворные бактерии? *(Да)*

— Для зрения очень важен витамин А? *(Да)*

— В варёной или тушёной моркови больше витамина А, чем в сырой? *(Да)*

— От недостатка витаминов человек может почувствовать себя хуже*? (Да)*

— Торты, пирожные и булочки – самая полезная еда? *(Нет)*

— В овощах и фруктах много полезных для здоровья витаминов*? (Да)*

**9. Станция *«Мудрая»***

**Задание:** На этой станции нужно дополнить последним словом пословицы, которые придумал про еду народ.

**Примеры пословиц:**

Всякому нужен и обед и*… (ужин).*

Если щи хороши, другой пищи… *(не ищи).*

Сладок мёд, да не по две ложки… *(в рот).*

Мельница живет водою, а человек*… (едою).*

Когда я ем, я глух и… *(нем).*

**Подведение итогов:**

* Что сегодня вам понравилось больше всего?
* Что нового для себя вы узнали из игры – викторины?
* Что не понравилось, вам сегодня?

**Вывод:**

*Правильное питание – это залог нашего здоровья и хорошего самочувствия.*

*И полезные и вредные продукты нужны для нашего с вами организма.*