

Картотека Дидактических игр

«Формирование навыков здорового питания с обучающимися»



Наглядно-дидактическое пособие по культуре питания «Разноцветные продукты»

Аннотация:

Цель: расширение представлений детей о продуктах питания и их цветах.

Задачи:

ОО «*Познавательное развитие*»

Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру; дать характеристику цветового восприятия продуктов и пользе для организма.

ОО «*Речевое развитие*»

Активизировать словарный запас по теме: помидор, клубника, яблоко, красный перец, красная смородина, дыня, банан, кукуруза, сыр, огурец, горошек, груша, кабачок, гречка, орех, шоколад, картошка, хлеб. Виноград, баклажан, капуста, абрикос, морковь, рис, чеснок, белая рыба, творог. **Обогатить пассивный словарь:** ежевика, голубика, кофе, базилик, цветная капуста, шампиньоны, тыква, хурма, манго, облепиха, патиссон, ананас, редиска, сельдерей. А также закреплять умение выделять звук в слове.

ОО «*Социально-коммуникативное развитие*»

Формировать у детей представления о взаимосвязи здоровья и правильного **питания**; формировать правильное восприятие цветовых ощущений **продуктов питания**, а также желание бережно относиться к своему здоровью.

Материал: игровое поле (*карточки 7 штук*) каждая карточка имеет свой цвет (*красный, желтый, зеленый, коричневый, фиолетовый, оранжевый, белый*) и поделена на 6 частей. А также карточки (*в количестве 42 штук*) **продуктов**.

Ход игры:

Вариант 1. Дети по цвету основных карточек (красный, желтый, зеленый, коричневый, фиолетовый, оранжевый, белый, заполняют поля карточками по меньше с картинками **продуктов питания по цвету**. В данную игру можно играть от двух до семи детей.

Вариант 2. Дети заполняют основные карточки по звуку, в словах (в названиях **продуктов питания**, в которых встречаются

звук: «Ф», «З», «Б», «О», «К», «Ж».

Дидактическое упражнение «Продолжи предложение»

Цели: развитие логического мышления, фразовой речи, умение строить сложное предложение; формирование внимательного отношения к деятельности, связанной с мышлением.

Педагог читает предложения по своему выбору, дети заканчивают их.

Если кашу не посолить, то она. (будет несоленой, невкусной).

Если в чай не положить сахара, то. (он будет несладким, невкусным).

Если картофель не доварить, то он. (будет сырым, недоваренным, невкусным).

Если картошку пережарить, то. (она будет сухая, обгорелая).

Если горох долго варить, то. (он разварится, получится гороховая каша, пюре).

Если в стеклянный стакан налить крутой кипяток, то. (он может лопнуть).

Если к обеду не раздать ложки, то. (нечем будет есть суп). Если варить яйцо долго, то. (оно сварится вкрутую).

Если яйцо варить, досчитав до 10, то оно. (сварится всмятку).

Если в кашу не положить масло, то. (она будет невкусной, сухой).

Если есть одни сладости, то. (заболят зубы).

Если питаться только мучными продуктами, то. (станешь толстым, заболит желудок).

Если есть очень мало, то. (будешь слабым, больным).

Если есть много овощей и фруктов, то. (будешь здоровым). Если не мыть руки перед едой, то. (можно заболеть).

Если во время еды разговаривать, то. (можно поперхнуться).

Если есть неаккуратно, то. (весь стол будет грязным, другим будет неприятно есть за таким столом).

Если хлеб не убрать в хлебницу, то. (он может зачерстветь).

Если молочные продукты хранить не в холодильнике, то. (они могут прокиснуть).

Если мясные продукты не убрать в холодильник, то. (они протухнут).

<p style="text-align: center;">«Наша мама варит суп»</p> <p>Цель: ознакомление детей с процессом приготовления различных супов; обобщение и закрепление знаний детей об овощах и о профессии повара; развитие воображения.</p> <p>Ход игры: Перед детьми — кастрюля и карточки с различными рецептами супов. Предложить ребенку выбрать любой рецепт супа. Познакомить его с названием супа. Предложить рассмотреть и назвать какие овощи и продукты туда входят. А затем дети находят картинки с продуктами изображенными на рецепте и выкладывают их на кастрюлю. Эту игру можно использовать и в более старшем возрасте. Дети могут придумывать рецепты своих супов.</p>	<p style="text-align: center;">Дидактическая игра «Откуда хлеб пришел?»</p> <p>Цели: развитие памяти, логического мышления, диалогической речи; воспитание уважения к труду хлеборобов и пекарей.</p> <p>Педагог задает вопросы, на которые дети должны по очереди быстро ответить, а потом найти картинку, подтверждающую ответ и изображающую этап производства хлеба. Если ребенок не отвечает, то он платит фант, а спрашивают следующего. Когда все картинки будут выложены, педагог вместе с детьми проверяет правильность выстроенной последовательности производства хлеба. При этом педагог может пугать детей, высказывать сомнения, побуждать их объяснять свои ответы и делать умозаключения.</p> <p>Откуда хлеб пришел? (Из магазина.) А в магазин как попал? (Из пекарни.) Что делают в пекарне? (Пекут хлеб.) Из чего пекут хлеб? (Из муки.) Из чего делают муку? (Из зерна.) Откуда берут зерно? (Из колоса пшеницы или ржи.) Откуда берут пшеницу? (Выросла в поле.)</p>
<p style="text-align: center;">"Четвертый лишний"</p> <p>Цель: развитие умения классифицировать предметы по существенному признаку, обобщать.</p> <p>Дидактический материал: набор карточек, на каждой карточке изображены 4 предмета, 3 предмета связаны общим признаком, а 4 лишний.</p> <p>Ход игры: Три из предложенных картинки относятся к одной группе предметов, четвертый - к другой группе. Дети называют лишнюю картинку, объясняя свой выбор.</p> <p>Например: яблоко, груши, апельсин - это фрукты, а лук - это овощ. Поэтому лук лишний.</p>	<p style="text-align: center;">Игра-тренинг «Поварята»</p> <p>Цели: развитие коммуникабельности; формирование чувства общности со сверстниками, интерес к совместным играм.</p> <p>Дети встают в круг - изображают кастрюлю. Педагог говорит, что дети будут готовить суп (или любое другое блюдо: компот, салат, винегрет и т. п.). Каждый ребенок придумывает, чем он будет картофель, капуста, морковь, лук, петрушка, соль и т. п.). Педагог выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнав себя прыгает в круг и берет за руки предшествующего. Пока все «компоненты» не окажутся в круге, игра продолжается. В результате получается вкусное, красивое «блюдо».</p>
<p style="text-align: center;">Игра «Хлопай - топай»</p> <p>Цели: развитие быстроты реакции, памяти, двигательной активности; воспитание честности при соблюдении правил игры.</p> <p>Педагог говорит детям, что хочет проверить, насколько они</p>	<p style="text-align: center;">Дидактическая математическая задача:</p> <p>Решила старушка ватрушки испечь - Поставила тесто, да печь затопила. Решила старушка ватрушки испечь – А сколько их надо совсем позабыла:</p>

<p>внимательны и как хорошо знают продукты питания. Педагог. Если я назову продукт, который не надо готовить, вы поднимите руки вверх и хлопните в ладоши, а если я назову продукт, нуждающийся в приготовлении, вы присядете. Будьте внимательны! Тот, кто ошибется, заплатит фант, который потом будет отыгрывать. Педагог использует пробный ход, закрепляя правила. Затем начинает игру.</p>	<p>2 штучки – для внучки, 2 штучки – для деда, 2 штучки – для Тани, дочурки соседа. Считала, считала, да сбилась. А печь – то совсем протопилась! Помогите старушке, сосчитать ватрушки!</p>
<p>Дидактическое упражнение «Исправь ошибки Незнайки»</p> <p>Цели: развитие внимания, мышления (анализ, логику); формирование желание помочь товарищу, если он ошибся. Педагог в роли Незнайки читает грамматически неправильно построенное предложение. дети исправляют ошибки и объясняют правильный вариант. Лена купила клубника сок. (Клубничный сок.) Баня съел шоколад мороженое. (Шоколадное мороженое.) Маша приготовила картошка пюре. (Картофельное пюре.) Папа принес кабачок икру. (Кабачковую икру.) Бабушка испекла яблоко пирог. (Яблочный пирог.) Лида сварила вермишель суп. (Вермишелевый суп.) В магазине продают мясо фарш. (Мясной фарш.)</p>	<p>Дидактическое упражнение «Отгадай и назови»</p> <p>Цели: развитие внимания, воображения, речи; формирование умения соблюдать очередность, не перебивать сверстников. Педагог читает по своему выбору определения к понятиям. дети угадывают, что это. Фрукты и ягоды, сваренные в сахарном сиропе, - это. (варенье). Ломтик хлеба с маслом, колбасой, сыром - это. (бутерброд). Лошадиное молоко - это. (кумыс). Крупа, сваренная на молоке, - это. (молочная каша) и т. п.</p>
<p>Дидактическая игра «Совершенно верно»</p> <p>(если дети согласны, они произносят «Правильно, правильно, совершенно верно», если не согласны – топают ногами) Ешь по - больше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок! Если хочешь толстым быть надо сладкое любить, Ешь конфеты, жуй ирис – толстым стань, как кипарис! Чтобы правильно питаться вы запомните совет: ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и винограды! Не забудь перед обедом пирожком перекусить, кушай много, чтоб по больше свой желудок загрузить! Наша Люба булки ела и ужасно растолстела. Хочет в гости к нам прийти, но в дверь не может проползти! Нет полезнее продуктов – вкусных овощей и фруктов – и Сереже, и Ирине, всем полезны витамины!</p>	<p>Дидактическая игра «Поварята»</p> <p>Цели: развитие памяти, воображения, монологической речи; формирование интереса к работе повара, уважение к результатам его труда. Каждому играющему педагог в роли директора столовой или кафе, дает задания приготовить по 3 блюда из предложенного продукта питания. Ребенок в роли повара должен подобрать к картинке с изображением продукта картинки, изображающие разные блюда из этого продукта, и рассказать о том, из чего оно состоит, какое на вкус и как готовится. дополнительные баллы получают дети, рассказавшие о большем количестве блюд. Усложнить игру можно тем, что дети получают картинки не с изображением блюд, а с изображением частей, составляющих блюдо. Для игры брать простые, доступные для детей блюда.</p>

Если хочешь быть здоровым, правильно питайся, ешь по - больше овощей, с болезнями не знайся!

Дидактическая игра «В продуктовом магазине»

Цели: развитие памяти, внимания, умение классифицировать, сравнение; формирование интереса и уважения к профессии продавца продуктового магазина.

Вариант 1. Педагог в роли директора магазина дает детям- продавцам задание оборудовать свой отдел к открытию магазина: выбрать необходимые продукты (картинки, муляжи, коробочки, баночки из-под продуктов) для молочного, мясного, рыбного, хлебного, овощного, кондитерского, бакалейного отделов, оформить витрину, рассказать о продаваемых продуктах, их назначении и пользе. Выигрывает тот, кто быстрее и правильнее оформит свой отдел и расскажет о продуктах питания, правильно назовет продукты, подобрав обобщающие слова. дидактическую игру можно перевести в сюжетно-ролевую.

Вариант 2. Педагог в роли директора просит «продавцов» быть внимательными к привозу новых продуктов на специализированных машинах. По картинке, на которой изображена машина для перевозки определенных продуктов (молоковоз, муковоз, рыбовоз, хлебная машина, машина-фургон для перевозки овощей и фруктов, машина для перевозки мороженого, определить, какие продукты может привезти данная машина, в каких условиях они перевозятся. «Принять» продукты в отдел, отобрав необходимые картинки.

Дидактическая игра «Разложи картинки по порядку»

Цель: систематизирование представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: картинки с изображением моментов распорядка дня

Ход игры: воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал

картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку.

Воспитатель подводит итог высказываниям детей:

Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.

Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.

Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое

Дидактическое упражнение «Продолжи предложение»

Цели: развитие логического мышления, фразовой речи, умения строить сложное предложение; формирование внимательного отношения к деятельности, связанной с мышлением.

Педагог читает предложения по своему выбору, дети заканчивают их.

Если кашу не посолить, то она. (будет несоленой, невкусной).

Если в чай не положить сахара, то. (он будет несладким, невкусным).

Если картофель не доварить, то он. (будет сырым, недоваренным, невкусным).

Если картошку пережарить, то. (она будет сухая, обгорелая).

Если горох долго варить, то. (он разварится, получится гороховая каша, пюре).

Если в стеклянный стакан налить крутой кипяток, то. (он может лопнуть).

Если к обеду не раздать ложки, то. (нечем будет есть суп). Если варить яйцо долго, то. (оно сварится вкрутую).

Если яйцо варить, досчитав до 10, то оно. (сварится всмятку).

Если в кашу не положить масло, то. (она будет невкусной ухой).

Если есть одни сладости, то. (заболят зубы).

Если питаться только мучными продуктами, то. (станешь толстым, заболит желудок).

Если есть очень мало, то. (будешь слабым, больным).

Если есть много овощей и фруктов, то. (будешь здоровым). Если не мыть руки перед едой, то. (можно заболеть).

Если во время еды разговаривать, то. (можно поперхнуться).

Если есть неаккуратно, то. (весь стол будет грязным, другим будет неприятно есть за таким столом).

Если хлеб не убрать в хлебницу, то. (он может зачерстветь).

Если молочные продукты хранить не в холодильнике, то. (они могут прокиснуть).

Если мясные продукты не убрать в холодильник, то. (они протухнут).

Контрольные вопросы и задания:

- Что такое продукты? (То, что можно есть, съестные припасы.)
- для чего они созданы?
- Какие продукты питания вы знаете?
- На какие группы можно разделить все продукты питания?

<p>упражнение, показать и всем вместе выполнить его.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Где продаются продукты питания? • В каком виде они продаются? • для чего в магазинах используют упаковку, тару? • Какие вы знаете молочные продукты? Мясные? Рыбные? Кондитерские изделия? Хлебобулочные изделия? Бакалейные товары? • Расскажите, какие отделы есть в продуктовом магазине? • Почему разные продукты должны продаваться в разных отделах? • Как хранятся в магазине и дома разные продукты? • Как можно узнать, что продукт свежий? • Почему многие продукты можно хранить только в холодильнике? Морозильной камере? • Почему человек должен питаться разнообразными продуктами? • Почему нельзя есть много сладостей? • Почему нельзя переедать жирного, мучного, сладкого? • Почему нужно соблюдать режим питания? • Почему нельзя есть много на ночь? • Какие продукты должны есть дети, чтобы быстро расти и быть здоровыми? • Какие продукты готовы к употреблению, а какие надо готовить?
<p style="text-align: center;">Дидактическая игра «Что получится из продуктов»</p> <p>Цели: развитие внимания, памяти, речи; формирование интереса к приготовлению пищи, воспитание желания помогать маме.</p> <p>Вариант 1. Педагог в роли мамы говорит о том, что надо подготовиться к приему гостей - приготовить праздничный обед. Но готовить его будет только тот, кто правильно назовет блюдо, которое можно приготовить из предложенных продуктов и расскажет о нем: откуда продукт попал в магазин, в каком отделе его купили, как ранили, какое блюдо на вкус. Проигравший ребенок теряет право ловить самостоятельно и становится помощником «мамы».</p> <p>Вариант 2. Ребенок должен назвать как можно больше блюд, которые готовят из одного продукта разными способами (варить, тушить, жарить, парить, печь, томить и т. д.).</p> <p>Вариант 3. Ребенок должен назвать как можно больше способов хранения продукта для его использования в течение длительного времени (сушить, солить, мариновать, морозить, вялить, коптить, консервировать) и возможностей использования заготовок.</p>	<p style="text-align: center;">Дидактическая игра «Покупаем масло»</p> <p>Цели: развитие внимания, логического мышления, словаря, ловкости, точности движения при бросании и ловле мяча; воспитание внимательного отношения к совместной с педагогом деятельности и ответам сверстников.</p> <p>Педагог предлагает детям закончить начатое им предложение. Дети стоят в кругу, педагог с мячом в центре круга. Отвечает тот, кому педагог бросает мяч. Неправильно ответивший пропускает кон.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оливковое масло сделано из. (оливок). • Подсолнечное масло сделано из. (семечек подсолнечника). • Рапсовое масло сделано из. (рапса). • Пальмовое масло сделано из. (плодов пальмы). • Розовое масло сделано из. (лепестков роз). • Облепиховое масло сделано из. (зерен ягод облепихи). • Льняное масло сделано из. (льна). • Пихтовое масло сделано из. (хвои пихты). • Кедровое масло сделано из. (орехов кедра).

<p align="center">Дидактическая игра «Разложи картинки по порядку»</p> <p>Цель: систематизирование представлений детей о здоровье и здоровом образе жизни, развитие речь, внимания, памяти.</p> <p>Материал: картинки с изображением моментов распорядка дня</p> <p>Ход игры: воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку.</p> <p>Воспитатель подводит итог высказываниям детей: Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки. Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.</p> <p>Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его.</p>	<p align="center">Дидактическая игра «Четвертый лишний»</p> <p>Игра предназначена для детей младшего дошкольного возраста</p> <p>Цель: учение классифицировать предметы.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать внимание и наблюдательность детей; - развивать речевой словарь детей; - упражнять в нахождении лишнего предмета по каким-либо признакам. <p>Ход игры: Можно играть как с одним ребенком, так и с группой детей. Рассматривать предлагаемые дидактические картинки, на которых находятся 4 разных изображения. Ребенку предлагается любая из картинок. Он должен посмотреть и выделить среди рисунков, три из которых классифицируются по одному признаку, один лишний предмет, который не подходит под единую классификацию. Ребенок должен объяснить свой выбор.</p>
<p align="center">Дидактическая игра «Поварята»</p> <p>Цели: развитие памяти, воображения, монологической речи; формирование интереса к работе повара, уважение к результатам его труда.</p> <p>Каждому играющему педагог в роли директора столовой или кафе дает задание приготовить по три блюда из предложенного продукта. Усложнить игру можно тем, что дети получают картинки не с изображением блюд, а с изображением частей, составляющих блюдо. Для игры брать простые, доступные для детей блюда.</p>	<p align="center">Дидактическая игра «Узнай и назови»</p> <p>Цель: закрепление названия фруктов, овощей, формировать умения узнавать их по описанию воспитателя</p> <p>Ход игры: воспитатель описывает какой-либо овощ (фрукт, а дети должны назвать этот овощ (фрукт).</p>
<p align="center">Дидактическая игра «Азбука здоровья»</p> <p>Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.</p> <p>Материал: иллюстрации</p> <p>Ход игры: играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку – иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.</p>	<p align="center">Дидактическая игра «Что сначала, что потом»</p> <p>Цель: учение детей располагать картинки в порядке развития сюжета, пользуясь вспомогательным средством; учение составлять небольшие рассказы.</p> <p>Материал: серии сюжетных картинок по темам ЗОЖ</p> <p>Ход игры: детям предлагают несколько картинок, связанных одним сюжетом, разложить в порядке произошедших событий и составить по ним рассказ. Например: мальчик лежит в постели, делает зарядку, умывается, вытирается полотенцем; девочка моет руки, обедает, играет с куклой.</p>

Дидактическая игра «Что где хранится»

Цели: развитие умения классифицировать продукты питания по способу хранения, обобщение, сравнение признаков; формирование бережного отношения к продуктам питания как результату труда человека.

Педагог предлагает детям побывать в роли бережливых хозяев городской квартиры и деревенского дома. Дети должны разложить предложенные картинки с изображением продуктов питания по местам хранения (шкаф, холодильник, морозильник, кладовая, подпол, рассказать, где должны храниться данные продукты, почему, в каком виде, сколько времени. Выигравшие дети получают медаль самого бережливого хозяина.

Дидактическая игра «Чистые руки»

Цель: обучение последовательности действий процесса умывания.

Задачи:

1. Активизировать словарь: мыло, мочалка, щетка, полотенце.
2. Формировать потребности в соблюдении правил личной гигиены.
3. Учить практическому освоению навыков здорового образа жизни.

Материал: картинки с правилами, предметами туалета, мелкие игрушки, объемные фигурки животных, предметы труда.

Ход игры:

- 1 – й вариант – воспитатель предлагает детям выбрать картинки, соответствующие правилу, когда надо мыть руки, и соответственно картинке найти объемные предметы.
- 2 – й вариант – воспитатель предлагает детям имитировать движения процесса умывания (развивается творчество и воображение).

Дидактическая игра «Чудесный мешочек»

Цель: уточнение названия фруктов, овощей, формирование умения определять их на ощупь, называть и описывать.

Материал: мешочек, муляжи овощей, фруктов

Ход игры: воспитатель показывает группе «чудесный мешочек» с муляжами овощей, фруктов и предлагает детям узнать, что находится в «чудесном мешочке». Ребёнок опускает руку в «чудесный мешочек» и на ощупь определяет его, затем достаёт и описывает по схеме.

Воспитатель даёт образец описания овощей, фруктов.

- У меня помидор, он красный, круглый, гладкий.

А у тебя?

Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы?

Какого цвета? Какой на ощупь?

Дети складывают все овощи, фрукты на поднос.

Дидактическая игра «Правила гигиены»

Цель: закрепление культурно-гигиенических навыков (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание, купание, формирование умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу).

Ход игры: Воспитатель просит детей при помощи мимики и жестов показать, как они умываются (одеваются, чистят зубы и т. д., соблюдая последовательность выполнения данных навыков. Или воспитатель показывает при помощи мимики и жестов, что он делает, а дети отгадывают.