*«В городе Витаминия»*

Викторина с родителями

(вторая младшая группа)

Воспитатель Мацакян З.Р.

В городе « Витаминия»

(Викторина с родителями)

Цель.

.познакомить детей с витаминами А, Б, С, рассказать в каких продуктах они содержатся, какую роль играют для здоровья человека

.формировать начальные представления о закономерности «здоровое питание-здоровый образ жизни»

.закреплять умение разгадывать загадки об овощах и фруктах.

Оборудование и материалы:

.изображения овощей и фруктов, муляжи , две корзины.

Ход игры

Дети разделены на три команды.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам.

И не только по утрам.

Рыбий жир всего полезней,

Хоть противный – надо пить.

Он спасает от болезней,

Без болезней – лучше жить!

От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну, а лучше есть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Воспитатель: Дети сегодня мы с вами отправляемся в путешествие в необыкновенный город, который называется Витаминия. В этом городе живут витамины. У них как и у нас есть имена и они живут в домиках .Домики для них являются разные продукты, которые мы едим. Давайте с ними познакомимся поближе.

Появляется витамин А (родитель в красном наряде)

Витамин А-Если вы хотите хорош расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен я –витамин А. Меня еще зовут витамином роста .Отгадайте загадку и узнайте где я живу.

Уродилась я на славу,  
Голова бела, кудрява.  
Кто любит щи -  
Меня в них ищи.  
- капуста –

Корешок оранжевый под землей сидит,  
Кладезь витаминов он в себе хранит,  
Помогает деткам здоровее стать,  
Что это за овощ, можете сказать?  
- морковь

В огороде вырастаю.  
А когда я созреваю,  
Варят из меня томат,  
В щи кладут  
И так едят.  
- помидоры

Дети из команды отгадывают и показывают иллюстрацию.

Появляется витамин В(родитель в зеленном наряде)

***Витамин « В»-*** Если вы хотите быть сильными и иметь хороший аппетит, не хотите огорчаться и плакать по пустякам, быть в хорошем настроении, вам нужен я - Витамин "В". А вы знайте где я живу. (отгадывает загадки)

Знают этот фрукт детишки,

Любят есть его мартышки.

Родом он из жарких стран.

Высоко растет... (банан)

Этот фрукт на вкус хорош   
И на лампочку похож.  
*Ответ (Груша)*

Весит на ветке колобок,  
Блестит его румяный бок.   
*Ответ (Яблоко)*

*Дети из команды отгадывают и показывают иллюстрацию.*

Заходит витамин С(родитель в желтом наряде)

***Витамин «С» -*** Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я - Витамин "С". Меня называют витамином здоровья. Где мой дом отгадайте. (дети отгадывают, показываю иллюстрации)

Он никогда и никого  
Не обижал на свете.  
Чего же плачут от него  
И взрослые и дети?  
- лук –

Он кусает – но не пес.  
Зубок есть. Но, где же рот?  
Белый носит сюртучок.  
Что это…  
- чесночок –

Я самый кислый фрукт на свете,

Но я полезен даже детям.

Из теплых стран вам шлю поклон!

Кто я? - Ваш желтый друг... (лимон)

***И так первое задание.***  Играют дидактическую игру: «Разложи овощи и фрукты в корзину»(мальчики соревнуются с девочками)

***Второе задание***(каждое команда отвечают по очереди)

*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 растет гряда

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)

***Задание третье: «Что за суп».***

Собираем разрезные картинки, угадаем, что можно приготовить из них(капуста, морковка, свекла, картошка, лук, чеснок)

***Динамическая пауза (массаж спины «Борщ»)***

Дети встают друг за другом, кладут ладони на спину впереди стоящего.

Чики- чики-чики-ща!

Вот капуста для борщами. **. Похлопывать ладонями**

Покрошу картошки, **Постукивать ребрами ладоней.**

Свеколки, морковки,

Полголовки лучку,

Да зубок чесночку**. Поколачивать кулачками.**

Чики-чики-чики –чок

И готов борщичок! **Поглаживать ладонями.**

***А теперь конкурс - эстафета «Чем с другом нельзя делиться? »***

Добежать до стола с преодолением препятствий, из предложенных предметов выбрать только те, с которыми нельзя делиться. Они должны быть только индивидуальными (носовой платок, зубная щетка, расческа и т. д.)

***И на последнее капитанская игра***

. Предлагаю вам определить, что находится в мешочках, не открывая их.

Итог: слово жюри

В. - Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомним, что здоровье

В магазине не купить.

 Будьте здоровы! Досвидания!