

# Консультация для родителей.

## Вкусные игры.



### Витаминный бильярд



**Цель:** учить заботиться о своем здоровье. Познакомить с витаминной ценностью продуктов, с действием витаминов на организм.  
**Описание игры:** игровое поле – «бильярд» с дидактическими картинками овощей, фруктов, как заменитель витаминов положены шарики с буквами. Лопаточки для передвижения шариков

**Ведущий прием:** рассказ о продукте, на который попал шарик-витамин.

### Поварята



**Цель:** дать знания о компонентах входящих в состав блюд для завтрака, обеда, ужина. Учить делать выводы о витаминной ценности составленного блюда.

**Описание игры:** наборное полотно с комплектами предметных картинок различных продуктов питания и посуды. Карточки с вариантами меню.

**Ведущий прием:** игровая ситуация «Готовим завтрак, обед, ужин». Вариант «Приготовим обед для больного человека».

### Где растет каша?



**Цель:** дать знания о происхождении продуктов питания (крупы, мука). О пользе их для организма, о блюдах, в состав которых они входят.

**Описание игры:** пробирки и прозрачные полиэтиленовые кармашки с разными видами круп, иллюстрации растений соответствующие видам круп.

**Ведущий прием:** определить, какое растение подарило нам гречку (рис, пшено...).

Расскажи, что из нее можно приготовить.

- Варианты:
1. Разбери смешанные крупы по сортам.
  2. Определи крупу на ощупь.
  3. Составь мозаику из круп.

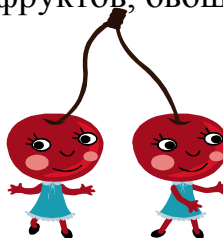


### Во фруктовом царстве, овощном государстве

**Цель:** дать знания о зависимости здоровья человека от питания. Научить осознанно подходить к своему здоровью, питанию, уметь противостоять рекламе. Познакомить с историей происхождения появления на Руси овощей и фруктов.

**Описание игры:** набор картинок овощей, фруктов, мясных, молочных и других продуктов имитация трона-рамки.

**Ведущий прием:** составление монологов героев-фруктов, овощей. Создание игровой ситуации «Расскажи все о себе».



## Грибники



**Цель:** воспитывать желание заботиться о своем здоровье, о разнообразии блюд приготовленных из грибов. Знания о специфике заготовки впрок, учить различать грибы съедобные и ядовитые, дать знания о пользе ядовитых грибов.

**Описание игры:** набор картинок, плоскостные модели посуды.

**Ведущий прием:** игровая ситуация «Заготовка грибов», «Изготовление лекарства из мухоморов», «В лес по грибы».



## Кто в домике живет?

**Цель:** дать знания о компонентах составляющих пищевые продукты: жирах, белках, углеводах, витаминах, раскрыть их роль в жизни человека. Научить способам сохранения и укрепления здоровья через желание правильно питаться.

**Описание игры:** плоскостной домик с открывающимися окошечками, за окошечками наклеены предметные картинки продуктов питания.

**Ведущий прием:** рассматривание картинок, разрешение проблемных ситуаций по заданию воспитателя.

**Вариант 1.** Отгадать какие продукты спрятались за дверью под названием: белки, жиры, углеводы, витамины.

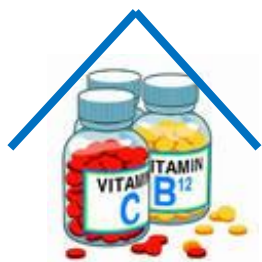
**Вариант 2.** Рассмотреть картинки, скажи к какой группе полезных веществ они относятся, проверь свой ответ, закрыв дверцу, прочитай, что на ней написано.

**Вариант 3.** Предложить решить проблемные ситуации:

- Что будет, если ребенок не будет есть мясо, рыбу, молочные продукты?
- Будет мало есть каши и хлеба?

- Будет много есть сладостей?

### Витаминный домик



**Цель:** дать знания о разновидностях витаминов. Закрепить знания о витаминах содержащихся в пище.

**Описание игры:** плоскостной домик с открывающимися окошечками, за

которыми написаны буквенные обозначения витаминов.

**Ведущий прием:** по названию витаминов вспомнить продукты, в которых он содержится.

**Вариант 1.** Открой окошечко и скажи, семья какого витамина в ней живет.

**Вариант 2.** Как ты думаешь, наши продукты живут в семье витамина А, В, С, D, фосфора. Кальция?

### Назови, одним словом



**Цель:** учить классифицировать овощи и фрукты.

**Описание игры:** карточки с изображением овощей и фруктов.

**Ведущий прием:** игровая ситуация «Что растет в саду, в огороде»

**Вариант.** Расскажи, какой овощ, фрукт ты любишь больше всего? Почему?



### Что изменилось?

**Цель:** учить по цвету определять степень зрелости овощей и фруктов. Учить предупреждать негативные ситуации с употреблением в пищу незрелых плодов.

**Описание игры:** парные картинки овощей и фруктов, отличающихся степенью зрелости, которая выражается в разнице величины и цвета.

**Ведущий прием:** составление сравнительного описательного рассказа по картинкам, разрешение предложенной взрослым проблемной ситуации связанной с употреблением в пищу незрелых плодов.

Воспитатель:  
Гасанова Наталья Николаевна