

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

МАГАЗИН ПОЛЕЗНЫХ ПРОДУКТОВ

(старший дошкольный возраст)

Цели. Развивать навыки здорового питания. Воспитывать умение правильно выбирать продукты для здорового питания. Расширять словарный запас за счет употребления обобщающих слов, развивать внимание и память, умение соотносить видовые понятия.

В комплект игры входят: вывеска «Магазин полезных продуктов» и набор карточек с изображениями продуктов питания (по выбору педагога).

Описание игры.

Игре предшествует беседа о правильном питании.

1. Игровое задание «Полезные и вредные продукты»

Детям демонстрируется большая картинка с изображением вывески «Магазина полезных продуктов». Педагог заранее в произвольном порядке расставляет на трех полках магазина (в качестве полок магазина используется наборное полотно) по пять перевернутых карточек с изображениями продуктов питания из трех групп: «крупы», «овощи», «молочные продукты», а также добавляет пять карточек с изображениями вредных продуктов. Далее педагог объясняет детям, что в этом магазине должны продаваться только полезные для организма человека продукты питания, но поставщики магазина не всегда соблюдают это правило. Он предлагает убрать с полки магазина вредные для организма человека продукты и объяснить свой выбор. Дети по очереди переворачивают карточки, рассматривают их, называют продукт и делают выбор, комментируя свои действия: «Это — морковь. Морковь — овощ, в ней много витаминов. Морковь — полезный продукт и может продаваться в этом магазине», «Это — чипсы, они очень вредные для организма человека. Я убираю их с полки».

Когда все карточки будут перевернуты, и на полках останутся только полезные продукты, игра заканчивается, педагог благодарит детей за помощь магазину. В дальнейшем педагог может использовать для игры другие группы продуктов питания.

2. Игровое задание «Объедини в группы»

Педагог предлагает детям объединить продукты в группы, расставить на отдельные полки и прокомментировать свои действия. Например: «Морковь, помидор, тыква — это овощи. Я положу рядом, на одну полку», «Молоко, кефир и йогурт — это молочные продукты, поэтому я тоже поставлю их вместе». Если дети испытывают затруднения, педагог сам называет группы продуктов - «овощи», «молочные продукты», «крупы».

3. Игровое задание «Продолжи ряд»

Педагог предлагает рассмотреть отдельные группы продуктов на полках — «крупы», «молочные продукты», «овощи» — и дополнить эти группы новыми продуктами. Дополнить группы можно либо «сделав заказ поставщикам», либо «взять недостающие продукты со склада». Педагог выбирает вариант исходя от уровня подготовленности детей.

1. вариант: «Заказ поставщикам». В игровом задании не используются карточки. Дети по очереди называют продукты, не представленные в группе (продолжают ряд). Например: «В магазине мало овощей. Есть только морковь, помидор, тыква,

поэтому мы хотим заказать капусту, фасоль...»

2. вариант: «Привезти продукты со склада». Педагог выкладывает карточки с изображениями продуктов и объясняет, что это — «продуктовый склад». Дети их рассматривают, называют и относят уже представленным группам продуктов на полках: «Это творог, его делают из молока. Я поставлю его на полку к молочным продуктам».

4. Игровое задание «Что изменилось?»

Когда все карточки будут расставлены по полкам, педагог убирает («покупает») все продукты, оставляя только полку с овощами. Он предлагает детям внимательно рассмотреть продукты на этой полке и запомнить их последовательность. Затем дети закрывают глаза, а педагог в это время изменяет последовательность картинок либо производит замену. Дети открывают глаза и отвечают на вопрос педагога: «Что изменилось?» Например: «Исчезла морковь, и поменялись местами помидоры и капуста».

ПОВАРЯТА

(средний и старший дошкольный возраст)

Цели. Развивать навыки здорового питания. Закреплять представления детей о том, какие продукты входят в состав готовых блюд. Упражнять детей в классификации, сравнении, обобщении. Закреплять представления о полезных продуктах питания. Развивать коммуникативные способности.

В комплект игры входят: карточки с изображениями готовых блюд (суп, каша, салат, компот, винегрет, запеканка, ватрушка, варенье, пюре, сок, пирог, омлет, голубцы, плов, котлеты, мюсли) и карточки с изображениями продуктов питания.

Описание игры.

Педагог выставляет на наборное полотно плоскостную фигуру повара Поварешкина и предлагает детям отгадать загадку:

Дайте повару продукты

Сахар, ягоды и фрукты, -

И тогда без промедленья

Сварит он для нас... (варенье)

Педагог предлагает детям стать помощниками повара Поварешкина-поварятами. Он раздает детям карточки с изображениями готовых блюд: «суп», «каша», «компот», «ватрушка». Затем педагог или ведущий (который выбирается по считалке) показывает поочередно карточки с изображениями продуктов питания: «молоко», «яблоко», «мука», «картофель», «капуста», «творог», «лук», «груша», «рис», «сливочное масло», «яйцо», «брусника», «огурец», «кефир», «морская капуста». Если один из поварят считает, что этот продукт необходим для приготовления его блюда, он называет продукт, изображенный на карточке, и берет ее себе. После того как нужные карточки будут отобраны, поварята рассказывают о своих блюдах, раскладывая карточки и называя их. Например: «Я готовил рисовую кашу. Для ее приготовления я взял молоко, рис и масло», «Я готовил суп (щи). Для его приготовления я взял капусту, морковь, картофель, лук, зелень».

Дальнейшие варианты блюд продумывает сам педагог, используя карточки с изображениями готовых блюд.

ЗАГАДКИ ПОВАРА ПОВАРЕШКИНА

(старший дошкольный возраст)

Цели. Развивать у детей интерес и положительное отношение к здоровому питанию. Развивать логическое мышление, воображение, внимание. Упражнять детей в согласовании прилагательных с существительными. Обогащать и активизировать словарный запас. Закреплять представления детей о продуктах, которые входят в состав готовых блюд. Воспитывать любознательность.

В комплект игры входят: плоскостная фигура повара Поварешкина; карточки с изображениями готовых блюд, карточки с изображениями продуктов питания.

Описание игры

Педагог устанавливает на наборном полотне плоскостную фигуру повара Поварешкина, объясняет детям, что на этот раз повар приготовил для них загадки, и предлагает попробовать их разгадать.

1. Игровое задание «Как называется?»

Педагог выкладывает перед детьми карточку с изображением готового блюда — «каша», вокруг нее раскладывает карточки с изображениями разных круп: «греча», «рис», «перловка», «геркулес», «пшено». Затем он предлагает детям ответить, как будут называться каши из этих круп? Примеры ответов: «Каша из гречи — гречневая», «Каша из риса — рисовая» и т. д.

Затем педагог предлагает детям вспомнить, какие крупы кроме представленных они знают, и просит ответить, как будут называться каши из этих круп.

Далее педагог выкладывает перед детьми карточку с изображением готового блюда — «суп», а вокруг нее — карточки с изображениями разных продуктов: «свекла», «рыба», «капуста», «огурец». Далее педагог предлагает детям ответить, как будет называться суп, если в него добавить каждый из этих продуктов. (Борщ, уха, щи, рассольник.)

2. Игровое задание «Какой? Какая? Какое?»

Педагог выкладывает перед детьми карточки с изображениями готовых блюд: «пирог», «варенье», «ватрушка», «пюре», предлагает рассмотреть и назвать их. Далее педагог демонстрирует карточку с изображением черники и предлагает детям ответить, как могут называться предложенные готовые блюда из черники. Дети отвечают: «Черничный пирог, черничное варенье, черничный сок».

Далее педагог демонстрирует карточку с изображением яблока или груши, и игра продолжается по тем же правилам.

Усложнение.

Педагог выкладывает карточки с изображениями готовых блюд: «пюре», «сок», «салат», «запеканка», «пирог». Затем, демонстрируя карточку с изображением свеклы, он предлагает ответить, как могут называться предложенные готовые блюда из этого овоща. Педагог просит детей быть внимательными и не называть несуществующих блюд, например свекольного пирога! Дети отвечают: «Свекольное пюре, свекольный сок, свекольный салат». Далее педагог предлагает назвать блюда из моркови, тыквы и т. д.

3. Игровое задание «Продолжи пословицу, поговорку»

Педагог называет первую часть пословицы или поговорки, а дети заканчивают ее. Примеры пословиц и поговорок: «Кашу маслом... (не испортишь)», «Когда я ем... (я глух и нем)», «Аппетит приходит... (во время еды)», «Без капусты щи... (пусты)», «Дорога ложка... (к обеду)», «За обедом хлеб всему... (голова)», «Не красна изба углами, а красна... (пирогами)», «Овощи хороши в... (щи)».

4. Игровое задание «Зашифрованное слово»

Педагог последовательно выкладывает перед детьми карточки с изображениями фруктов, овощей и орехов: «слива», «клюква», «абрикос», «земляника», «капуста», «арахис». Он объясняет, что этот ряд карточек — зашифрованное название любимого торта повара Поварешкина, и предлагает расшифровать слово, выделив начальные буквы в названиях овощей, фруктов и орехов. («Сказка».)

Далее педагог добавляет карточки с изображениями овощей, фруктов и орехов и предлагает детям самостоятельно «зашифровать» какое-нибудь слово. Например: коса, сом, зола, кот, сок, плот, гол.

5. Игровое задание «За покупками»

Перед игрой педагог выставляет на наборное полотно карточки с изображениями различных продуктов питания и устанавливает над ними вывеску «Магазин полезных продуктов». Затем педагог предлагает детям послушать стихотворение:

Поварята-малыши

Собрались готовить щи.

Принесли бананы,

Гречи полстакана,

Мармелад добавили,

Перцем все заправили!

Сели ждать у котелка,

Когда сварится еда.

Зря так ждали малыши —

Не понравились им щи

Только зря старались —

Голодными остались!

Педагог выясняет у детей, почему щи у поварят не получились, какие продукты нужны для правильного приготовления этого блюда. Затем педагог выдает детям карточки с изображениями готовых блюд, дети по очереди «идут в магазин» и «покупают» нужные «продукты» (подходят к наборному полотну и отбирают необходимые карточки).

Затем педагог вместе с детьми обсуждает правильность выбора. Воспитатель может подбирать карточки к игре, исходя от уровня подготовленности детей.

ГОТОВИМ САМИ ЧАЙ

(старший дошкольный возраст)

Цели. Познакомить детей с полезными свойствами чая и процессом его приготовления. Воспитывать самостоятельность, желание помогать.

В комплект игры входят: «скатерть-самобранка» (нарядная салфетка) и 4 карточки — «части рецепта», на которых изображены последовательные действия заваривания чая.

Описание игры.

Перед игрой проводится беседа о чае, его полезных свойствах и качествах.

- Чай улучшает общее состояние, настроение, бодрит, снимает усталость, стимулирует обмен веществ, нормализует деятельность сердца, кровеносных сосудов, пищеварительной системы, повышает активность мозга, улучшает память.

- Чай замедляет процесс старения, способствует долголетию.
- Чай обладает охлаждающим действием. Через несколько минут после чашки горячего чая температура кожи опускается на 1—2°C, что дает ощущение прохлады и свежести. С холодным чаем такого эффекта не наблюдается.

В беседе можно рассказать детям о том, что чай выращивают только в теплых странах, что существуют различные его сорта. Детям предлагается рассмотреть разные сорта чая (крупнолистовой, зеленый) и определить, почему их так назвали (у крупнолистового — крупные листочки чая, у зеленого чая листочки имеют зеленый цвет). Также можно побеседовать с детьми о традициях чаепития.

Далее педагог предлагает детям вспомнить и рассказать стихи, сказки, пословицы и поговорки о чае и повторить одну из загадок-чистоговорок всем вместе:

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,

Больше греться не хочу.

Крышка громко зазвенела.

Пейте чай, вода вскипела! (Самовар.)

Затем педагог просит детей вспомнить названия предметов чайной посуды и проводит с детьми игру на координацию речи и движения «Чайный сервиз».

Вот с заваркой толстый чайник — Очень важный, как начальник! Рядом чашки расписные, Ручки гнутые, крутые. Вот насмешливые блюдца — Они кружатся, смеются. А вот ложечки для чая Скромно головой качают. Ну-ка, скатерть, развернись, Чайный ждет тебя сервиз!	Дети ставят одну руку на пояс, другую изгибают, как носик. Дети приседают, одна рука на поясе. Дети кружатся на месте, руки в стороны. Дети вытягиваются вверх, руки смыкают над головой и совершают легкие наклоны в стороны. Дети наклоняются вперед, разводя руки в стороны.
--	---

Педагог раскладывает перед детьми «скатерть-самобранку» и объясняет детям, что повар Поварешкин пригласил гостей на чаепитие. Детям предлагается помочь повару заварить чай, используя карточки — части рецепта.

Перед детьми в произвольном порядке выкладываются карточки. Дети рассматривают их и раскладывают в правильной последовательности, объясняя свои действия: «Сначала нужно засыпать в заварочный чайник три чайные ложки чая. Потом заливаем чай горячей водой. После этого чайник нужно накрыть специальной грелкой-куклой, чтобы чай лучше заварился. Когда чай заварился, его наливают в чашку. Чай готов, его можно пить».

ГОТОВИМ САМИ. КАША

(старший дошкольный возраст)

Цели. Сформировать у детей представление о каше как об обязательном компоненте в ежедневном меню завтрака. Развивать представления детей о здоровом правильном питании, познавательный интерес к окружающему миру. Воспитывать чувство благодарности к поварам.

В комплект игры входят: 4 карточки — части рецепта «Готовим кашу»; карточки готовых блюд: «запеканка», «суп», «ватрушка», «мюсли», «сок», «омлет»; плоскостная фигура повара Поварешкина; 3—4 небольших мешочка с разными крупами.

Описание игры.

Перед игрой проводится беседа о полезных свойствах различных каш. Педагог рассказывает детям, что обыкновенные каши — это не только вкусные, но и очень полезные блюда, которые могут предотвратить множество болезней и укрепить организм человека.

После беседы педагог вывешивает на магнитной доске плоскостную картинку повара и предлагает детям ответить на вопрос: «Что вы сегодня сделали утром, когда проснулись?» Дети отвечают: «Умылись, сделали зарядку, позавтракали».

Педагог выкладывает перед детьми карточки — «запеканка», «суп», «ватрушка», «мюсли», «сок», «омлет» — и просит выбрать и прикрепить на магнитную доску блюда для завтрака. После того как дети выполняют задание, педагог напоминает им о значении завтрака. (Завтрак придает силы, улучшает настроение и т. д.)

Затем педагог обращает внимание детей на магнитную доску и просит ответить, какого самого главного блюда для завтрака не хватает. Дети отвечают: «Каша». Далее педагог выясняет у детей, почему каша считается одним из главных блюд. Приводит примеры полезных свойств каш.

Затем педагог предлагает детям игровое задание: «Назови кашу». Он называет крупу, а дети — название каши: рис — ... (рисовая), греча — ... (гречневая), пшеница — ... (каша из пшенички, манная), просо — ... (пшенная), овес — ... (овсяная, геркулесовая) и т.п.

Педагог напоминает детям о том, что геркулесовая каша получила свое название в честь античного героя — Геркулеса (Геракла). Свои подвиги он смог совершить потому, что в детстве очень любил геркулесовую кашу. Так что тот, кто ест ее, может стать сильным подобно античному герою.

Далее педагог выкладывает перед детьми в произвольном порядке карточки — части рецепта каши. Дети рассматривают их и раскладывают в правильной последовательности, объясняя свои действия: «Сначала нужно вскипятить молоко. Потом насыпать крупы. После этого нужно варить кашу, помешивая ложкой. Когда каша сварится, можно разложить ее по тарелкам и добавить масло».

Педагог обращает внимание детей, что повара и родители, которые готовят для детей кашу, вкладывают в нее много труда, заботы и любви. Поэтому доедать кашу нужно всегда до последней ложки! И обязательно говорить «Спасибо!»

После того как дети определили последовательность приготовления блюда, педагог предлагает определить, из какой крупы можно ее приготовить. Он выставляет перед детьми несколько мешочков с разными крупами и просит детей на ощупь определить, какая в них крупа.

Затем педагог просит детей закончить пословицы и поговорки о каше: «Кашу маслом... (не испортишь)», «Сам кашу заварил, сам ее и... (расхлебывай)», «С ним каши... (не сварить)». Отгадать загадки:

Черна, мала крошка,
Соберут немножко,
В воде поварят.
Кто съест —
похвалит. (Гречневая каша.)

Как во поле на кургане
Стоит курица с серьгами. (Овес.)
В поле метелкой,
В мешке жемчугом. (Пшеница.)

ПРАВИЛА ПИТАНИЯ

(старший дошкольный возраст)

Цели. Развивать и обобщать у детей представления о правилах питания. Учить детей осознанно относиться к своему питанию. Развивать игровую деятельность, навыки общения и партнерства.

В комплект игры входят: карточки — «Правила питания»; волчок-рулетка.

Описание игры.

Перед игрой педагог проводит с детьми беседу об основных правилах питания. Он выясняет, какие правила питания знают дети, почему необходимо соблюдать эти правила. Затем педагог, читая детям стихотворение, выкладывает на наборное полотно карточки-символы «Правила питания».

Правила питания, дружок, не забывай,
Чтобы быть здоровым, всегда их соблюдай!

Во-первых, кушай вовремя,

Режим ты уважай:

Обед и завтрак с ужином

Смотри не пропускай!

(Выкладывается карточка «Режим питания».)

Продукты ешь полезные:

Орехи, виноград...

Каши, фрукты, овощи — в них бодрости заряд!

(Выкладывается карточка «Полезные продукты».)

Будь за столом опрятен, культурен, аккуратен —

И будешь, несомненно,

Ты сам себе приятен!

(Выкладывается карточка «Правила этикета за столом».)

Еще совет полезный запомни навсегда:

Есть грязными руками - нельзя! нельзя! нельзя!

(Выкладывается карточка «Гигиенические правила».)

Педагог предлагает детям рассмотреть и назвать, какие правила изображены на карточках. Дети предлагают свои варианты ответов: «Перед едой надо мыть руки с мылом», «Есть продукты, полезные для здоровья», «Кушать в определенное время», «Соблюдать правила поведения за столом».

Затем педагог предлагает детям организовать «Клуб знатоков правильного питания» (игра организуется аналогично игре «Что? Где? Когда?»). Знатоки рассаживаются вокруг игрового стола. В центре игрового стола педагог устанавливает волчок со стрелкой, вокруг волчка выкладывает карточки-символы «Правила питания». Игра проходит по раундам. В каждом раунде волчок указывает тему вопросов по карточкам-символам, на которые должны ответить знатоки. Вопросы знатокам педагог может подобрать самостоятельно, исходя от уровня подготовленности детей.

Варианты вопросов.

«Гигиена питания»:

1. Перечислите ситуации, после которых нужно обязательно мыть руки. (Мыть руки нужно: перед едой, после прогулки, после посещения туалета...).

2. Закончите пословицу, поговорку: «Мойте руки перед едой — ... (будете здоровы)», «Чистота — лучшая... (красота)», «Будь аккуратен, забудь про лень... (чисти зубы каждый день)», «Чаще мойся,... (воды не бойся)».

«Режим питания»:

1. Отгадайте загадки: «Без каких трех вещей человек не может жить?» (Без завтрака, обеда и ужина.), «Что нельзя съесть на завтрак? (Обед и ужин.)»
2. Назовите продукты (или блюда), которые полезно есть на завтрак. Почему?
3. Составь меню на день. (Дети выкладывают на зоны циферблата «Режим питания» карточки готовых блюд: кашу на завтрак, суп на обед и т. д.)

«Полезные продукты»:

1. Назовите продукты питания, которые укрепляют наши зубы.
 2. «Как зовут колосок?» На столе раскладываются различные колоски. В блюдца насыпаются крупы. Ребятам предлагается по виду колоса определить название растения (пшеница, гречиха, овес...), а затем найти в блюдах соответствующую крупу и тоже назвать ее (манная, гречневая, овсяная).
- Следует обратить внимание детей на форму крупы, ее размеры, цвет.

«Правила поведения за столом»:

1. Перечислите правила поведения за столом.
2. Продолжите пословицы: «Кто не умерен в еде... (враг себе)», «Кто аккуратен... (тот людям приятен).

В конце игры проводится награждение лучших знатоков правильного питания.

РЕЖИМ ПИТАНИЯ

(старший дошкольный возраст)

Цели. Закрепить у детей представления о режиме питания, его значении в жизни и здоровье людей. Закрепить умение детей ориентироваться во времени. Закрепить представления о полезных продуктах питания. Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру.

В комплект игры входят: циферблат «Режим питания», карточки с изображениями готовых блюд: «каша», «суп», «запеканка», «винегрет», «салат», «ватрушка».

Описание игры.

Игру предваряет беседа о значении режима питания в жизни и здоровье людей. Педагог выясняет у детей, знают ли они, сколько раз в сутки человеку необходимо есть, какой временной промежуток должен быть между приемами пищи, почему важно соблюдать режим питания. Затем педагог предлагает послушать загадки и отгадать последнее слово.

Утром солнышко встает,

Мама нас к столу зовет.

Не откладывай на завтра

Вкусный и полезный... (завтрак).

Днем играем и гуляем,

Но поесть не забываем.

Суп, котлеты, винегрет

Подают нам на... (обед).

В белоснежном колпаке

И с подносами в руке

К нам приходит повар-модник,

Угощает кексом в... (полдник).

Ну и всем, конечно, нужен

Вечером приятный... (ужин).

Педагог выставляет на наборное полотно плоскостную фигуру повара Поварешкина и циферблат «Режим питания» и говорит: «Есть у Поварешкина волшебные часы, показывают время, когда мы есть должны».

Показывая на циферблат, педагог объясняет детям, где и каким цветом на циферблате выделены завтрак, обед, полдник и ужин. (Желтым цветом выделен завтрак, оранжевым — обед, зеленым — полдник, синим — ужин.)

Игровое задание «Угадай, назови»

Педагог предлагает детям определить, как называется прием пищи, о котором можно сказать:

- до него был завтрак и обед, а после него мы ужинаем (полдник);
- до него был полдник, а после него мы ложимся спать (ужин);
- утренний прием пищи (завтрак).

Дети, рассматривая циферблат, отвечают на вопросы.

Игровое задание «Составь меню»

Педагог перекладывает циферблат с наборного полотна на стол перед детьми, а наборное полотно выкладывает карточки с готовыми блюдами: «каша», «суп», «запеканка», «винегрет», «плов», «салат», «ватрушка». Он предлагает рассмотреть карточки, назвать, какие блюда на них изображены.

Педагог предлагает детям подобрать блюда по своему вкусу и составить из них меню на завтрак, обед и ужин, объяснить свой выбор. Пример ответа: «Я предлагаю, есть утром на завтрак кашу. Если каждое утро есть кашу, то никогда не будет болеть желудок. Она придает много энергии, так что вы будете бодрыми целый день. (Ребенок выкладывает карточку с кашей возле обозначенного на циферблате завтрака.) В обед нужно есть суп, без него обед — не обед. Ароматный суп из мяса, рыбы или овощей будит аппетит и, конечно, необходим для нормального пищеварения. (Ребенок выкладывает карточку с изображением супа возле обозначенного на циферблате обеда.)»

ПОЛЕЗНЫЙ ЗАВТРАК

(средний и старший дошкольный возраст)

Цели. Формировать у детей представление о завтраке как об «обязательном компоненте в ежедневном режиме питания. Закреплять представления о полезных блюдах утреннего меню. Развивать словесно-логическое мышление, воображение, внимание.

В комплект игры входят: циферблат «Режим питания», карточки с изображениями продуктов питания: «молоко», «рис», «яблоко», «груша».

Описание игры.

Педагог выставляет на наборное полотно циферблат «Режим питания», устанавливает на циферблате «время завтрака» и читает детям стихотворение:

«Утренний концерт»

В доме с утра концерт —

Папа залез на буфет,

Мама песни поет

И в барабаны бьет.

Бабушка, словно в цирке,

Крутит тарелку вилкой!

А дед шары надувает
И по дому с ними летает.
И весь этот шум, суета —
Чтоб накормить малыша.
Не ест он, молчит, упирается —
Раста, видно, не собирается!
Не знает он, вот беда,
Что завтракать надо всегда!

Педагог выясняет у детей, знают ли они, чем же полезен завтрак. В беседе педагог объясняет, что за ночь запасы энергии человека истощаются. Организм и мозг нуждаются в топливе для их пополнения. Пропуск завтрака может привести к развитию заболеваний. Завтракающие люди лучше работают, делают меньше ошибок, у них лучше память, они реже простужаются и болеют гриппом.

Затем педагог разворачивает перед детьми большую салфетку — «скатерть-самобранку», выкладывает на нее карточки с изображениями продуктов питания («молоко», «рис», «яблоко», «груша») и предлагает детям рассмотреть карточки и назвать продукты, которые на них изображены. Затем он предлагает детям помочь повару приготовить завтрак из предложенных продуктов. Дети отбирают карточки для задуманных ими блюд, комментируют свои действия: «Из этих продуктов можно приготовить рисовую кашу и компот. Для каши нужно взять рис и молоко, а для компота — яблоко и грушу», «Еще из яблока и груши можно приготовить фруктовый салат или пюре».

Педагог предлагает другие варианты блюд, побуждает детей придумывать новые варианты рецептов. Далее можно ввести в игру новый набор карточек с изображениями продуктов питания либо добавить к уже имеющимся карточкам новые. Таким образом, педагог может предлагать детям различные игровые задания. Например: «Какие блюда можно приготовить на завтрак (обед, полдник, ужин) из предложенных продуктов?», «Угадайте, какое блюдо из предложенных продуктов задумал готовить повар Поварешкин?»

Использованный источник. Гоменюк, Е.Д. Будь здоров! Правильное питание: дидактические игры и игровые упражнения / Е.Д. Гоменюк, Н.А. Слисенко. – ООО «Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2012. – 56 с.