

Лютко И. Г., воспитатель группы продлённого дня средней школы № 32 г.

Минска

Страна Витаминия

Игра-путешествие для II–IV классов

Цель: продолжать развивать интерес детей к вкусной и полезной пище.

Задачи:

- систематизировать знания об витаминах и продуктах питания;
- закреплять знания о приготовлении некоторых блюд;
- формировать умение рассказывать о полезных продуктах, их значении для организма путём перевоплощения в театрализованном представлении;
- продолжать формировать представление о необходимости заботиться о своём здоровье.

Персонажи: Пират, Витамин А, Витамин В, Витамин С.

Воспитатель. Здравствуйте, ребята. А вы любите путешествовать? Есть ли среди вас те, кто не любит путешествовать? Предлагаю вам сегодня совершить необычное путешествие, но куда, скажу чуть позже. Ой, а к нам в гости кто-то спешит.

Пират. Йхуууу, вот это бухта! Кажется, я удачно завернул. Разрешите пришвартоваться в вашу бухту?

Воспитатель. Пожалуйста, можете, как вы выразились, «пришвартоваться». Кто вы, таинственный незнакомец, и каким ветром вас занесло к нам?

Пират. Я — капитан Бонс со шхуны «Эспаньола». Если бы вы знали, где я только ни побывал! Ох, и досталось же мне и моей команде в последнем плавании! Мои парни переболели какой-то гадостью, я и сам не в лучшей форме. К сожалению, на корабле нет врача и поэтому тем, кто сейчас продолжает болеть,

Пачатковае навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа

никто не может оказать помощь. Эх, хорошо бы узнать, что же случилось с моей командой и со мной. Может, вы нам поможете?

Воспитатель. Возможно, мы и поможем вам. Нам очень давно хотелось попутешествовать по морям и океанам. Если мы вам поможем, то вы возьмёте нас в плаванье на своём корабле?

Пират. Вариант неплохой, да и медицинская помощь нам очень нужна. Я согласен на ваши условия!

Воспитатель. Тогда расскажите, пожалуйста, что у вас случилось.

Пират. Эх, беда пришла неожиданно. Всё началось с того, что у некоторых парней начало падать зрение, чесаться руки, болеть зубы, пропадать аппетит. Хотя наш кок (так на флоте называют повара) отлично готовит рыбу и мясо! У него такое вкусное жаркое получается, а котлеты и отбивные — так прямо восторг! А парни ткнут пару раз вилкой в котлеты, едва возьмут пару кусков рыбы и отодвигают в сторону, даже от знаменитых макарон по-флотски отказываются!

Воспитатель. Я начинаю кое-что понимать и даже немного догадываюсь, куда мы совершим путешествие на вашем корабле. Скажите, капитан, у вас есть с собой карта?

Пират. Естественно, я без карты никогда не выхожу в плавание, ведь без карты я не могу вести «Эспаньолу», иногда уточняю правильный курс с её помощью. Вот, посмотрите, она и сейчас со мной.

Воспитатель. Посмотрите, пожалуйста, внимательно на карту. Видите, на ней нанесены разные страны, а также моря, реки и океаны.

Пират. Благодаря этой карте я посетил многие страны. Да и ваши ребята тоже небось путешествовали в разные страны.

Воспитатель. Тогда я приглашаю вас совершить рейс в одну необычную страну — Витаминию.

Пират. Чего-чего?! Куда-куда?! Где же такая необычная страна находится? Как вы её назвали? Ви-та-ми-ния? Почему её не отметили на моей карте? Неест, я не согласен плыть неизвестно куда.

Воспитатель. Это необычная страна, с не менее интересными жителями — витаминами, поэтому её нет на общей карте. Витамины — очень полезные вещества для взрослых и детских организмов, без некоторых из них мы начинаем болеть. Витамины укрепляют защитные силы организмов. История страны Витаминии и её жителей пока составляет сто с лишним лет, они были открыты русским учёным Николаем Ивановичем Луниным в 1880 году. Сейчас известны и хорошо изучены 13 витаминов. Сегодня с некоторыми из них мы познакомимся, а заодно узнаем об их пользе для здоровья.

Пират. Вот это да! Такого я ещё не слышал и не встречал! Интересно, они помогут мне и моим парням справиться с недугами?

Воспитатель. Перед тем как отправиться в плаванье, давайте познакомимся с жителями страны Витаминии!

Воспитатель. Здравствуйте, уважаемые витамины. Мы очень хотим с вами познакомиться. Прошу, витамины, расскажите нам о своих полезных свойствах.

Витамин А. Здравствуйте, ребята, воспитатель и капитан Бонс. Я — витамин А, житель необычной страны Витаминия.

Помни истину простую —
Лучше видит только тот,
Кто жуёт морковь сырую
Или сок морковный пьёт.

Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен именно я — витамин А. Меня ещё иногда называют витамином роста. Со мной можно встретиться в таких овощах и фруктах, как свекла, дыня, морковь, чеснок, капуста, петрушка, персики, шпинат, тыква, репа, сельдерей.

Пират. Так-так, кое-что я уже начал понимать и немного догадываться о том, что произошло со мной и моими парнями. А кого ещё из этих, как их там называют, витаминов, мы можем встретить?

Витамин В. Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

Здравствуй! Я — тоже житель необыкновенной страны Витаминии. Если вы хотите быть сильными и иметь хороший аппетит, не хотите огорчаться и плакать по пустякам, быть в хорошем настроении, то тогда обязательно подружитесь со мной. Найти меня просто: нужно кушать хлеб, фасоль, яйца, говядину.

Воспитатель. Сейчас я предлагаю ребятам и вам, уважаемый капитан Бонс, немного отдохнуть во время весёлой физкультминутки:

Поведи глазами влево незаметно, невзначай.

Кто с тобою рядом слева громко, быстро отвечай.

А теперь глазами вправо ты внимательно смотри.

Кто с тобою рядом справа тихо-тихо говори.

А теперь посмотрим вверх — там высокий потолок.

А сейчас прикроем веки и посмотрим на висок.

Пират. Здорово! Обязательно научу своих парней так делать после ночных вахт. Даже моим усталым глазам стало легче. Вот так зарядочка для всего организма!

Витамин С. От простуды и ангины
 Помогают апельсины,
 Ну а лучше съесть лимон,
 Хоть и очень кислый он.

Добрый день, ребята, воспитатель и капитан Бонс. Я житель удивительной страны Витаминии. Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я — витамин С. Меня можно найти в лимоне, луке, чесноке, ананасе, смородине.

Пират. Теперь мне абсолютно ясно, что с нами случилось и почему я и мои парни заболели. Нам не хватало полезных витаминов, не надо было увлекаться только мясной и рыбной пищей, нужно добавить в рацион овощи и фрукты. Эх, знал бы я и он об этом раньше! Нам непременно надо посетить

эту прекрасную страну Витаминию и закупиться там такими полезными для здоровья овощами и фруктами!

Воспитатель. Вы можете пригласить наших уважаемых гостей — витамины в гости и провести свою «Эспаньолу» в эту прекрасную страну. Теперь вы согласны совершить путешествие? Витамины, вы нас приглашаете?

Все Витамины. Чтоб расти и развиваться,
Нужно правильно питаться.
Всухомятку не таскать,
Витамины потреблять!

Приезжайте, мы с большой радостью предложим вам овощи и фрукты! Желаем вам всем здоровья и до встречи в нашей необычной стране — Витаминии. Мы всегда рады помочь тем, у кого есть проблемы со здоровьем.

Пират. Вот это да! Огромное спасибо вам за помощь и интересные рассказы. А сейчас все собирайтесь и проходите на корабль для необычного путешествия. После путешествия, я попрошу нашего кока приготовить для вас что-нибудь необычное, морское.

Воспитатель. Ребята, давайте скорей собираться в путешествие на «Эспаньоле» в Витаминию. Капитан Бонс, вы нас точно по адресу доставите?

Пират. Непременно, даже специально нанесу эту страну на свою карту. Вперёд, команда, поднять паруса и полный, самый полный вперёд!

Воспитатель. Тогда мы спешим на корабль и готовы к отплытию! Ребята, поспешите занять свои места, нас ждёт очень увлекательное и необычное путешествие!

Все Витамины. Мы готовы и спешим за вами! Вперёд, в нашу необычную страну Витаминию на всех парусах!