

Дидактический материал к  
занятиям по программе  
«Разговор о правильном  
питании»

МБОУ «Гимназия №11» г. Бийск

Спицына М. В.



Человеку нужно есть,  
Чтобы встать и чтобы сесть,  
Чтоб расти и развиваться,  
Чтобы прыгать, кувыркаться,  
Песни петь, дружить, смеяться,  
И при этом не болеть  
Нужно правильно питаться  
С самых юных лет уметь.

# Ребусы

РЕБУС № 1

МА



Напиши ответ или приклей наклейку \_\_\_\_\_

РЕБУС № 15  
ВИТАМИН В<sub>2</sub>



Ч → С + О

Напиши ответ или приклей наклейку \_\_\_\_\_

РЕБУС № 7

”



Ж

,



Напиши ответ или приклей наклейку \_\_\_\_\_

РЕБУС № 8

ВИТАМИН В<sub>3</sub>

И

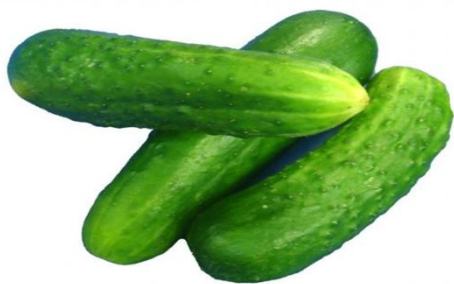


Напиши ответ или приклей наклейку \_\_\_\_\_



# Загадки

- Он в пупырышках, зеленый,
- Часто в парнике растет.
- Маринованным, соленным
- Станет он под Новый год



- Это овощ с круглым боком
- И с бордовым сладким соком.
- Если хочешь есть борщи,
- То ее скорей ищи



- Вырастал в жару и слякоть
- Этот горький корнеплод.
- Хоть заставит нас поплакать,
- Но от гриппа он спасет



- Этот овощ рыжий, длинный,
- Свежий, сочный, витаминный.
- Как наступит теплый май,
- Ты скорей ее сажай



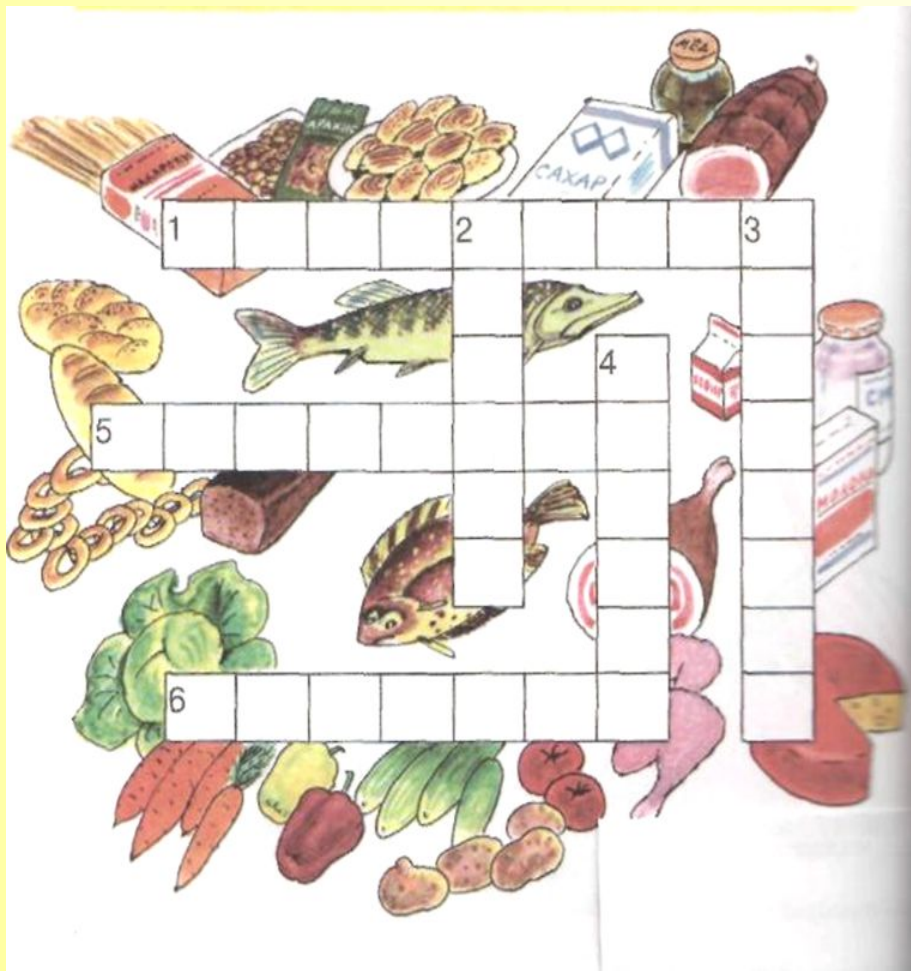
- Был в июле теплый дождик,
- Выросла я сочной.
- Из моих двухсот одежек
- Супчик выйдет точно



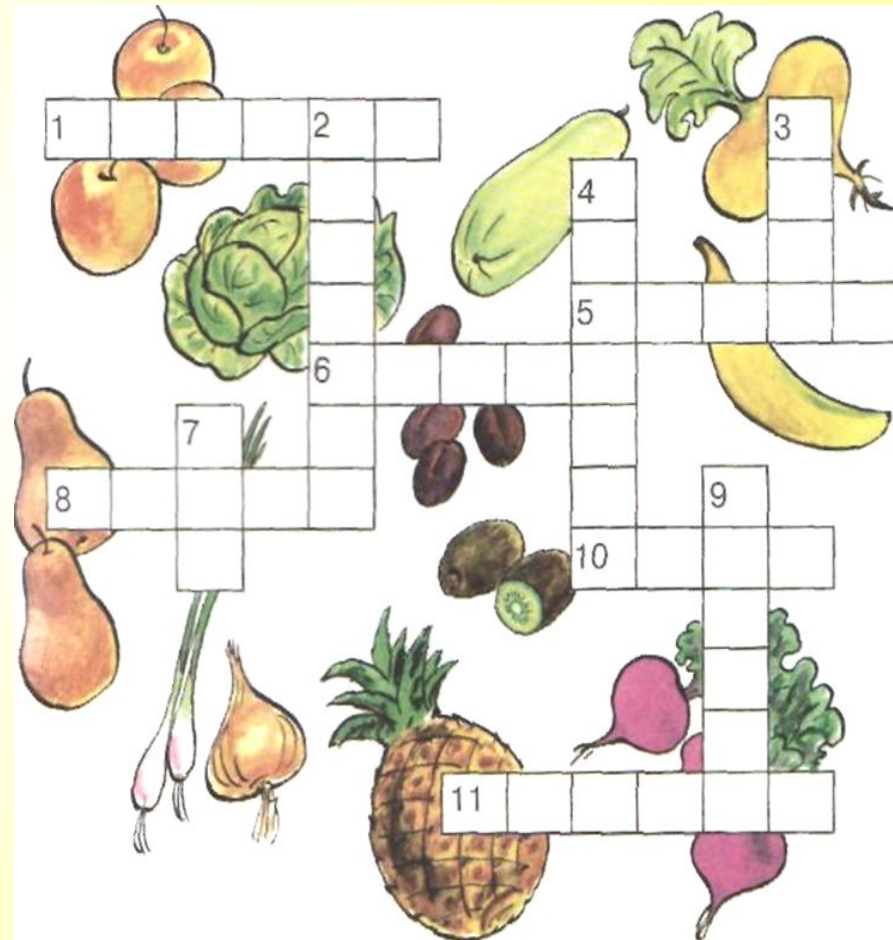


# Кроссворды

- «В каких магазинах можно купить эти продукты?»



- Овощи- фрукты. Впиши в пустые клетки по горизонтали – фрукты, по вертикали – овощи



# Филворд «Овощи и фрукты»

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| м | о | р | к | о | в | ь | ф | п | л | а | ч | к |
| в | с | в | а | г | р | у | ш | а | и | н | е | а |
| и | в | и | л | у | к | м | п | р | м | а | р | р |
| н | ё | ш | а | р | а | р | о | я | о | н | е | т |
| о | к | н | м | е | и | т | м | б | н | а | ш | о |
| г | л | я | ч | ц | с | м | м | л | м | с | н | ф |
| р | а | м | п | о | м | и | д | о | р | м | я | е |
| а | п | е | л | ь | с | и | н | к | м | т | м | л |
| д | к | а | п | у | с | т | а | о | п | ы | в | ь |
| м | а | н | г | о | м | м | в | в | е | к | в | в |
| д | ы | н | я | ы | в | ф | ы | а | р | в | ы | б |
| м | а | н | д | а | р | и | н | р | е | а | е | а |
| к | у | к | у | р | у | з | а | б | ц | в | е | н |
| ц | с | л | и | в | а | у | к | у | е | н | г | а |
| г | р | а | н | а | т | у | к | з | е | н | г | н |
| к | л | у | б | н | и | к | а | п | и | т | п | р |

# Игры

## Игра «Доскажи словечко» (Тема: Блюда из зерна)

1. Отгадай загадку нашу  
Не испортишь маслом /кашу/
  2. Любимая и желанная  
Всем детям каша /манная/
3. Всем детям рост обеспечивает  
Полезная каша /гречневая/
  4. Не спеша пережевываем  
Желтую кашу /пшеничную
5. За обе щеки уписываем  
Белую кашу /рисовую/
  6. Силу дает и вес  
Богатырь  
/геркулес/
7. Я бегом бегу в столовую  
Кашу я люблю /перловую/
  8. Завтрак мы заканчиваем  
Кашей вкусной /ячневой
9. Ложки дружно облизали  
И спасибо всем /сказали/

## АНАГРАММЫ

Отгадайте названия овощей, правильно расставив буквы.

- АТСТУПАК - капуста.
- ЕЛКВАС — свёкла.
- УЛК-лук.
- ОКОВМРЬ — морковь.
- ЛЕФОТКАРЬ — картофель.
- ДОРМИПО — помидор.
- ЗУБРА — арбуз.



# «Вопросы от шеф-повара»



Если внутри

За Мейвайва в варочной кастрюле  
В том котле была картошка,  
Такая рондэласка карытоной  
А в другом была окрошка  
скучают две сосиски

**МОЛОДЦЫ!**





### Печём торт

Что лишнее?



### Завариваем чай

Что лишнее?



### Делаем салат

Что лишнее?



### Печём блины

Что лишнее?



Дидактическая игра

«Что лишнее?»



## «Полезные продукты»

овощи      копчёная колбаса

фрукты      молоко      торт

шоколад      конфеты

мясо

хлеб      масло

рыба      лимонад





# Собери пищевую пирамиду







# «Два повара»

Компот

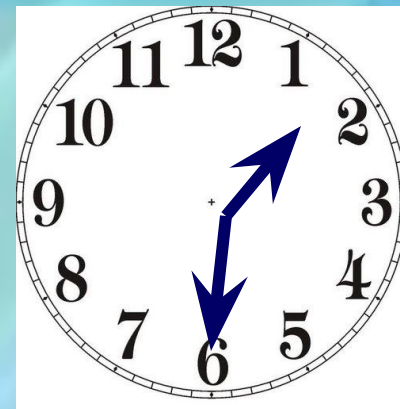
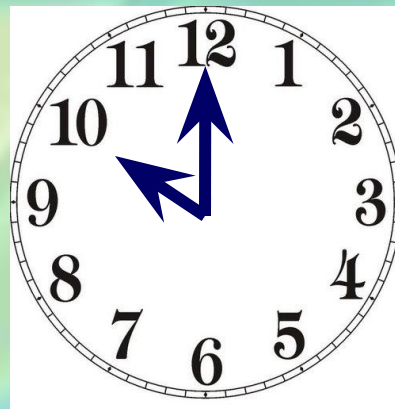
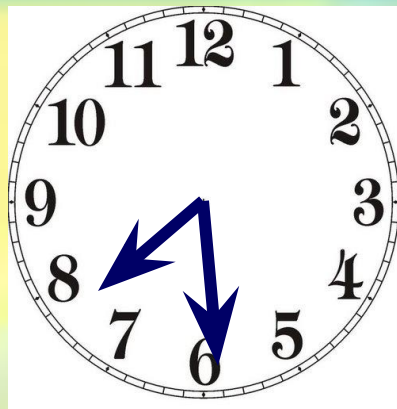


Борщ





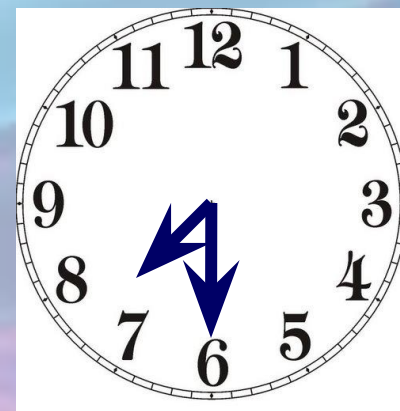
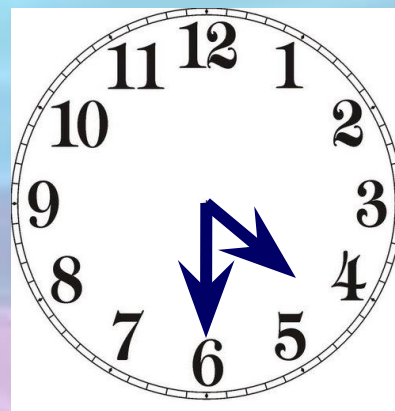
**ОБЕД**



**ЗАВТРАК В  
ШКОЛЕ**

**ЗАВТРАК  
ДОМА**

**УЖИН**



**ПОЛДНИК**



**Установи время**