

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**

**«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 68»
Клиническая ул., 19, Краснодар, 350042, тел. (861) 252-41-46
ИНН 2310069253, ОГРН 1022301616590**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**Сценарий досуга
для детей старшего дошкольного возраста**

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ «КУХОВАРИЮ»



Воспитатели:

**Антонова Шолпан Джумабековна
Пипинеева Инна Алексеевна**

Краснодар, 2024

Тема: Путешествие в страну «Куховарию»

Программные задачи:

- учить осознанно относиться к своему питанию, отличать полезные для здоровья продукты от вредных;
- совершенствовать представления детей об основах рационального питания;
- закрепить знания о полезных веществах, содержащихся в различных продуктах, о витаминах;
- закреплять умения сервировки стола (завтрак, обед, полдник, ужин);
- продолжать прививать культурно- гигиенические навыки.

Оборудование: телеграмма, фартуки для дежурных (для девочек и мальчиков), 4 стола, посуда для сервировки, скатерти, салфетки, алгоритмы сервировки стола для разных видов приема пищи, мольберт с табличкой–меню, карточки с изображением блюд, электронная игра «Правила поведения за столом», мультимедийная установка, шапочки для игры – драматизации, плакат «Здоровое питание».

Ход досуга:

Воспитатель вместе с детьми заходит в музыкальный зал.

Воспитатель: Сегодня к нам в группу пришла телеграмма. Что же в телеграмме? Давайте вместе прочитаем ее. (*Читает телеграмму*)

Вас приветствуют жители страны Куховария!

Куховария – крохотный остров.

На карте, конечно, его не найти.

Хотите в страну эту дружно пойти?

Добраться сюда и без компаса можно –

Идти по пути вы должны осторожно

Научитесь здесь вы культуре питания,

Поможет в дороге вам - воспитание!

Воспитатель: Ребята, ну что, отправимся в страну Куховарию?

Дети под музыку идут по кругу. Садятся на стулья.

Звучит музыка. Входит повар с поварятами. Поют песню, танцуют.

Воспитатель с детьми здороваются с гостями из страны «Куховария»: Здравствуйте, мы пришли к вам из детского сада, чтобы узнать, что же это за страна «Куховария»?

Повар: В нашей стране правят Питание, Культура и Приятный аппетит.

Воспитатель: Давайте вместе решим непростое задание: зачем человеку питание?

Предполагаемые ответы детей: Чтобы человек был здоровым, умным, красивым и т.д.

Воспитатель: Правильно, ребята! Пища дает организму человека энергию, питательные вещества, необходимые для того, чтобы он был здоров, мог двигаться, работать, поэтому люди должны есть 4 раза в день. Не зря люди в старину говорили: «Разговором сыт не будешь». Вспомните, как называются приемы пищи в разное время суток?

Предполагаемые ответы детей: Утром – завтрак, днем – обед, вечером – полдник, ужин.

Воспитатель (*обращается к жителям страны Куховария*): А в вашей стране тоже так питаются?

Повар: Конечно. Сегодня в нашей стране Куховарии следующее меню (*Поварята выставляют карточки с изображением блюд на доску с меню. Объявляют меню*).

Завтрак – каша гречневая молочная, кофейный напиток, хлеб с маслом, сыр.

Обед - салат из свеклы, суп гороховый, пюре картофельное с котлетой, компот из сухофруктов, хлеб.

Полдник - оладьи, кефир.

Ужин – творожная запеканка, чай, мандарин.

Воспитатель: Чтобы правильно подать блюдо, нужно засервировать столы. Ребята, мы с вами уже умеем сервировать столы. Давайте вспомним, как вы помогаете нашей няне накрывать на стол. За каждым столом будут дежурить 2 человека. Внимательно посмотрите на меню: какую посуду нужно поставить на стол, чтобы накрыть завтрак, обед полдник, ужин.

Выходят дежурные, протирают руки гигиеническими влажными салфетками, надевают фартуки.

1 ребенок: Мы дежурные сегодня.

Станем няне помогать,

Аккуратно и красиво

Все столы сервировать.

2 ребенок: Что сначала нужно сделать?

Будем руки чисто мыть.

Потом фартуки наденем,

Начнем скатерти стелить.

3 ребенок: Мы салфетницы поставим,

А на самый центр стола –

Хлеб душистый, свежий, вкусный.

Хлеб всему ведь «голова».

4 ребенок: Вокруг хлебниц хороводом

Блюдца с чашками стоят.
Ручки чашек смотрят вправо,
В блюдцах ложечки лежат.

5 ребенок: Мы тарелки всем поставим,
Вилки, ложки и ножи.
Не спеши, как класть подумай,
А потом уж разложи.

6 ребенок: От тарелки справа нож,
Ложка рядышком лежит.
Нож от ложки отвернулся,
На тарелочку глядит.

7 ребенок: Ну а слева от тарелки,
Нужно вилку положить.
Когда станем есть второе,
Будет с вилкой нож дружить.

Дежурные сервируют столы согласно меню.

Воспитатель: Давайте проверим, правильно ли наши дежурные выполнили сервировку.
(Воспитатель вместе с детьми проверяют сервировку, обсуждают правильность вариантов сервировки)

Воспитатель: Все у нас уже готово
К правильному питанию.
Не пора ли перейти
Нам и к воспитанию.

Игра -драматизация

Ребенок: Мышка плохо лапки мыла:
Лишь водичкою смочила.
Мылом мылить не старалась –
И на лапках грязь осталась.
Полотенце - в черных пятнах!
Как же это неприятно!
Попадут микробы в рот –
Может заболеть живот.

Воспитатель: Так что, дети, постарайтесь,
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо теплой водой

Руки мыть перед едой!

Ребенок: За столом щенок Антошка
Рыбу ел столовой ложкой,
Вилкой суп пытался кушать -
Не хотел советов слушать.
И хотя всю старался,
Так голодным и остался.

Воспитатель: Ну куда это годится!
Всем пора бы научиться
Кушать вилкой, кушать ложкой,
А не делать, как Антошкой.

Ребенок: За столом сидела Белка
Перед ней была тарелка,
В ней из хлеба, масла, сала
Белка дом сооружала.
Так, друзья, не поступают
И с едой не играют.
За столом едят, друзья,
Баловаться здесь нельзя!
А поели – вы свободны,
И играйте, как угодно.

Воспитатель: Молодцы, ребята, правильно подметили ошибки наших героев. А сейчас поиграем в игру «Правила поведения за столом» *(Проводится компьютерная игра с использованием мультимедийной установки)*

Звучит музыка, входит герой – Рекламный агент.

Рекламный агент: Здравствуйте, друзья! Я – рекламный агент. Рекламирую продукты питания, и часто сам ими питаюсь.

Воспитатель: Очень интересно нам послушать Вашу рекламу.

Рекламный агент. Знайте, взрослые и дети – «Сникерс» лучше всех на свете!

Ребенок: Будешь «Сникерсом» питаться – можешь без зубов остаться!

Рекламный агент: Я собою очень горд – я купил сегодня торт!

Ребенок: Фрукты, овощи полезней – защищают от болезней!

Рекламный агент: Стать здоровым мне помог с острым кетчупом хотдог!

Ребенок: Будешь часто есть хотдоги – через год протянешь ноги!

Рекламный агент: Да я вам сейчас докажу на деле, как действуют мои продукты питания!

Дети выполняют комплекс физических упражнений. Агент делает вместе с детьми, быстро устает, задыхается, кашляет, просит остановить упражнения.

Воспитатель: Вот-вот, это все ваши «Сникерсы», пепси, хотдоги. Если бы Вы питались здоровой пищей, как наши дети, Вы бы тоже были такими здоровыми и крепкими.

Агент: Научите меня, как правильно питаться?

Воспитатель: Во-первых, нужно есть пищу, богатую белками, углеводами, жирами, минеральными веществами и витаминами. Все они нужны для нормального развития организма.

Агент: А что такое витамины?

Воспитатель: Ребята, подскажите, какие витамины вы знаете?

Предполагаемые ответы детей: А, В, С, D. Витамин А содержится в печени, желтке, сливках, сливочном масле, моркови, сладком перце, абрикосе, луке, салате и т.д. Витамин А помогает сохранить хорошее зрение.

Витамин В содержится в мясе, печени, молоке, сыре, хлебе, фасоли, горохе.

Помогает организму бороться с утомлением, влияет на работу сердца и сосудов.

Витамин С – в зелени петрушки, ягодах шиповника, белокочанной капусте, смородине, апельсине. Витамин С помогает организму бороться с простудными заболеваниями, гриппом и т.д.

Дети исполняют песню «Вредная еда».

Песня «Вредная еда»

1. Ой, ребята, посмотри,
Что нельзя определи.
Очень жирная еда-
Для детей она беда!

Припев:

Ой! Ой! Ой!

Да, да, да!

Это вредная еда!

2. Есть конфеты, шоколад,
Каждый будет очень рад.
Ими ты не увлекайся,
Есть поменьше их старайся!

Припев:

Ой! Ой! Ой!

Да, да, да

Это вредная еда!

3. Очень острая еда,
Враг для нас с тобой всегда.
Только овощи и фрукты,
Вот полезные продукты!

Припев:

Да, Да, Да!

Да, Да, Да!

Вот полезная еда!

Дети дарят Агенту плакат- газету, изготовленную совместно с родителями о пользе витаминов. Агент благодарит детей, уходит.

Воспитатель: А нам, ребята, пора возвращаться в детский сад. У нас много дел, мы еще должны многому научиться.