



Интерактивная игра

«Секреты здорового питания»

**Выполнила; учитель начальных
классов Кириллова Е.Н.**

ССЫЛКИ

НАЧАТЬ ИГРУ



«Секреты здорового питания»



МОЛОЧНЫЕ РЕКИ	10	20	30	40	50
ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ	10	20	30	40	50
ВИТАМИННЫЙ БЛИЦ	10	20	30	40	50
КАША – РАДОСТЬ НАША	10	20	30	40	50
ПОЛЕЗНЫЕ НАПИТКИ	10	20	30	40	50

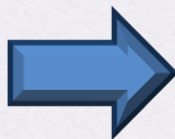


ВЫХОД



**Что получается при
скисании молока?**

Простокваша



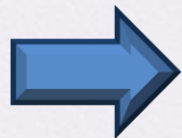
- ✓ **Снабжает организм необходимыми витаминами и минералами.**
- ✓ **Выводит токсины.**
- ✓ **Прибавляет иммунитет.**
- ✓ **Полезна для спортсменов.**





Для чего детям
необходимо молоко?

Для роста



- ✓ Содержит все необходимые для человека вещества.
- ✓ Идеально для растущего организма.

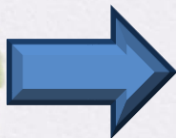
В древнем Египте, Греции, Риме молоко называли «соком жизни», «источником здоровья».





Из чего получают сливочное масло?

Из сливок



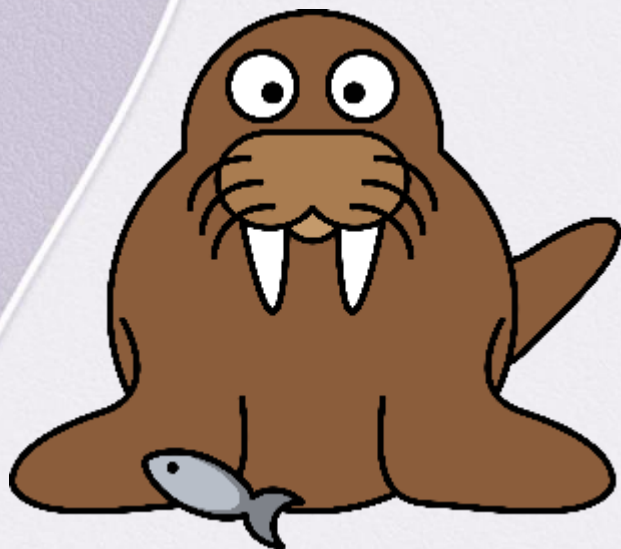
- ✓ Полезно для кожи, волос, зрения, костной и мышечной ткани.
- ✓ Богато кальцием, витаминами, необходимыми для строения клеток.





МОЛОЧНЫЕ РЕКИ

40



+ O



4 = E



Мороженое

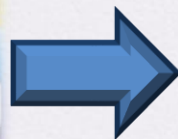




**Как называется
кисломолочный
напиток из
кобыльего молока?**



Кумыс



- ✓ Легко усваивается организмом, насыщает его полезными веществами.
- ✓ Повышает сопротивляемость организма инфекциям, укрепляет иммунитет.





ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

10

**На гряде она царица
И никто с ней не
сравнится,
Кобальт, йод и
каротины,
Очень много витаминов.
Не нужна сноровка
Чтобы съесть ...**



Морковку





ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

20

Уж давно о нём не спорят -
Витаминов просто море,
Правда, он не виноват,
Что немножко горьковат.
Круглый год, зимой и
летом,
В шубку тёплую одетый.
Раздеваем - горько плачем,
А раздеть нельзя иначе.
Догадался, юный друг?
Ну, конечно, это...



Лук





ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

30

Она похожа на арбуз,
Другой совсем, однако,
вкус,
Как и зелёный кабачок,
Подставит солнцу свой
бочок,
Скорей торопится, растёт,
И, как придёт её черёд,
Мы этой барыне с гряды,
Крикнем «ура» на все лады.



Тыква





ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

40

**Видишь, конус
непонятный,
А на вкус такой
приятный.**

**Красный, жёлтый и
зелёный,**

Витамина С здесь много!



Сладкий красный перец





ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

50

**В ней сладости больше, чем
в апельсинах.**

**А сколько полезных в ней
витаминов!**

**Любит за это её весь народ –
Вкусный бордовый тот
корнеплод.**



Свёкла





**Какой витамин
получает человек,
загорая на
солнышке?**



Витамин Д





**В каких продуктах
содержится витамин С
в наибольшем
количестве?**

***Шиповник,
перец красный сладкий,
облепиха,
смородина чёрная, киви***





**В каких продуктах
содержится витамин E?**



***Яйца, орехи, молочные
продукты,
растительные масла***





**Какой витамин
называется
«витамином роста»?**



Витамин А





ВИТАМИННЫЙ БЛИЦ

50



СЫР



ЯЙЦА



ПЕЧЕНЬ

МЯСО



РЫБА



БРОККОЛИ



МОРКОВЬ

ВИТАМИН А

ДЫНЯ



АБРИКОС



ПЕРСИК

АВОКАДО



ПЕРЕЦ



ТЫКВА



КАРТОФЕЛЬ





**Как называется каша,
сваренная из смеси
нескольких круп?**

Каша «Дружба»





Какую кашу называют
кашей красоты?

Овсяную кашу





**Какая каша улучшает
состояние зубов и дёсен?**

Кукурузная каша





Какую кашу называют
«жемчужной»?

Перловую кашу





**Какая каша самая
калорийная?
Также в этой каше
присутствуют витамины
В1, В2, минерал калий.**



Манная каша





**Как называется
освежающий напиток,
смесь воды и соков из ягод
или фруктов с
добавлением мёда или
сахара?**



Морс





Какой напиток обычно варят из сухофруктов?

Компот





**Как называется сладкий
десертный
желеобразный напиток,
приготовленный из
свежих и сушеных
фруктов и ягод,
фруктово-ягодных соков,
сиропов, варенья?**



Кисель





**Горячий напиток из воды,
мёда и пряностей, в состав
которого входили
лечебные травяные
сборы, его пили на Руси?**



Сбитень





**Какой сок называют
«королём витаминов»?**

Гранатовый сок





ИНТЕРНЕТ - РЕСУРСЫ

Автор шаблона для презентации - Ранько Елена Алексеевна, учитель начальных классов МАОУ лицей №21 г. Иваново Сайт: http://easyen.ru/load/nachalnykh/igra/interaktivnaja_igra_samyj_umnyj/217-1-0-7664

Вопросы для игры:

<https://infourok.ru/igraviktorina-o-pravilnom-pitanii-dlya-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-314227.html>

Загадки: <http://kidwelcome.ru/zagadki-dlya-detey/pro-morkov>
<http://ucthat-v-skole.ru/biblioteka/zagadki/zagadki-pro-ovoshchi>
<http://detskiychas.ru/zagadochki/zagadki-tykva/>
http://detskiychas.ru/zagadochki/zagadki_pro_perez/
<http://mamaschool.ru/zagadki-i-otgadki/zagadki-pro-sveклу>

Про витамины - <http://vitamingid.ru/vitamin-s/produkty-soderzhashhie-vitamin-s/>

Про напитки: http://www.velesenca.ru/publ/viktoriny_i_mini_viktoriny/mini_viktorina_napitki/2-1-0-178

Картинки:

1 слайд - <http://www.playcast.ru/uploads/2016/10/18/20235637.png>

2 слайд - <http://healthsifu.com/wp-content/uploads/2014/03/fruit-and-veg.png>
<http://www.togur-school.tom.ru/pic/risunok1.png>

3 слайд - <http://secret-w.ru/wp-content/uploads/2016/06/%D0%BA%D0%B5%D1%84%D0%B8%D1%80.png>

4 слайд - http://img-fotki.yandex.ru/get/6102/47407354.539/0_c179a_75d5918b_orig.png

5 слайд - <http://www.kolpynec.ru/upload/iblock/470/4704a4990c42226db6164cb7ded70d5a.jpg>

6 слайд - <http://images.easyfreeclipart.com/1110/biq-image-png-1110373.png>
<http://rebus1.com/pictures/etc/direct.gif>

https://img-fotki.yandex.ru/get/6301/36014149.9f/0_6e15c_8c508102_XL

7 слайд - http://hameleons.com/uploads/posts/2012-04/1334298999_3-baner.jpg

13 слайд - https://kak2z.ru/my_img/img/2016/04/24/ad3c8.png
https://ds03.infourok.ru/uploads/ex/115c/0004f35b-010508dd/hello_html_7e0ccbaf.png

14 слайд - https://img-fotki.yandex.ru/get/11/200418627.e1/0_14e570_6a4e4839_M.png

<http://www.hotelroomsearch.net/im/hotels/fr/paprika-13.png>
<http://www.bynata.com/wp-content/uploads/2012/08/sea-buckthorn-stylized.png>
http://img-fotki.yandex.ru/get/6113/47407354.646/0_d7cc8_c06e5a37_orig.png
http://pngimg.com/upload/kiwi_PNG4029.png

15 слайд - http://overgraph.ru/images/341282_kurinoe-yaico-png.jpg

<http://www.playcast.ru/uploads/2016/08/26/19695280.png>
http://foodnetwork.sndimg.com/content/dam/images/food/fullset/2012/11/27/0/HEW_Dairy_s4x3.jpg
<http://marimama.ru/pu/35/47388516.jpg>

17 слайд - <http://omaske.ru/wp-content/uploads/2016/07/vitaminy-ot-pryshchej-na-lice1.jpg>

18 – 23 слайды - <http://cdn-nus-1.pinme.ru/tumb/600/photo/14/36/14364151eb69cb70939a5017166d9e7e.png>

23 слайд - <http://kenzo-resto.ru/media/cache/bd/e8/bde820fd48e00be866b823c472559f97.jpg>

24 слайд - <http://socgidmo.ru/uploaded/image/articles/2/5.jpg>

25 слайд - <http://www.zozhnik.ru/wp-content/uploads/2016/11/%D0%BA%D0%B8%D1%81%D0%B5%D0%BB%D1%8C-2-%D0%B7%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%B8%D0%BA.jpg>

27 слайд - <http://img1.21food.com/img/cj/2014/10/8/1412770522557213.jpg>

