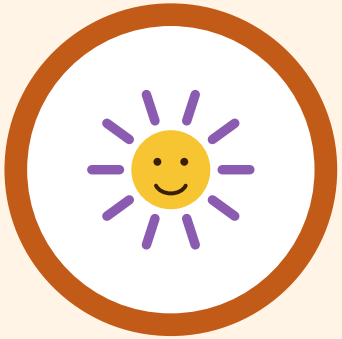
ИГРА-РЕЖИМ · СЦЕНАРИЙ

Завтрак, обед и ужин

«Утро, день, вечер — что едим?»

Дети раскладывают картинки блюд по трём «часикам»: утро, день, вечер. Воспитатель спрашивает: «Что ты ел сегодня на завтрак?» и подводит к тому, что у нас три главные трапезы и перекус.



завтрак



обед



ужин



день

ВОЗРАСТ
4–7 лет

ВРЕМЯ
20 минут

ФОРМАТ
групповая

2

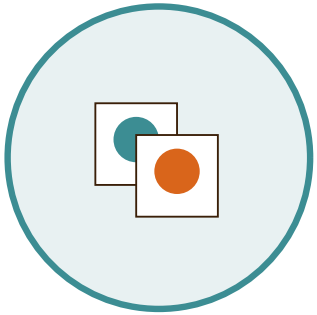
Что подготовить

что нужно для игры



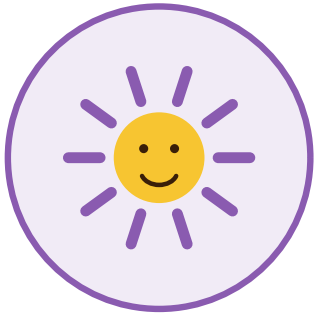
Три «часика»

утро, день, вечер



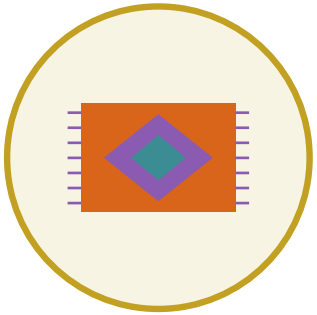
Картинки блюд

каша, суп, котлета, кефир, яблоко



Картинки времени

солнце, облако, луна



Тарелка-коврик

место для выкладки

Совет Не требуем рассказывать про домашнюю еду, если ребёнок стесняется. Настоящую еду — только с учётом аллергий, по согласованию с родителями или медработником; безопасный вариант — картинки.

3

Как проходит игра

четыре шага игры



1

Смотрим

на часики

2

Выбираем

блюдо

3

Кладём

к нужному часу

4

Называем

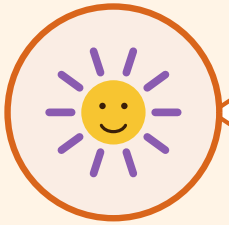
трапезу

Время — блюдо — трапеза

4

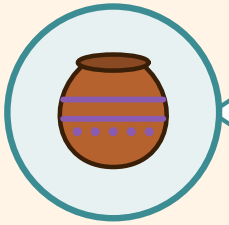
Слова-подсказки

так воспитатель ведёт игру



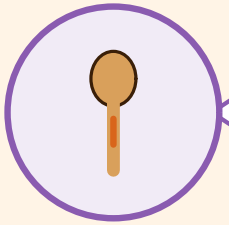
1 · НАЧАЛО

«Мы едим утром, днём и вечером».



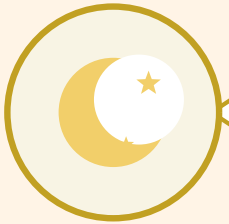
2 · ЗАВТРАК

«Утром — каша».



3 · ОБЕД

«Днём — суп и второе».



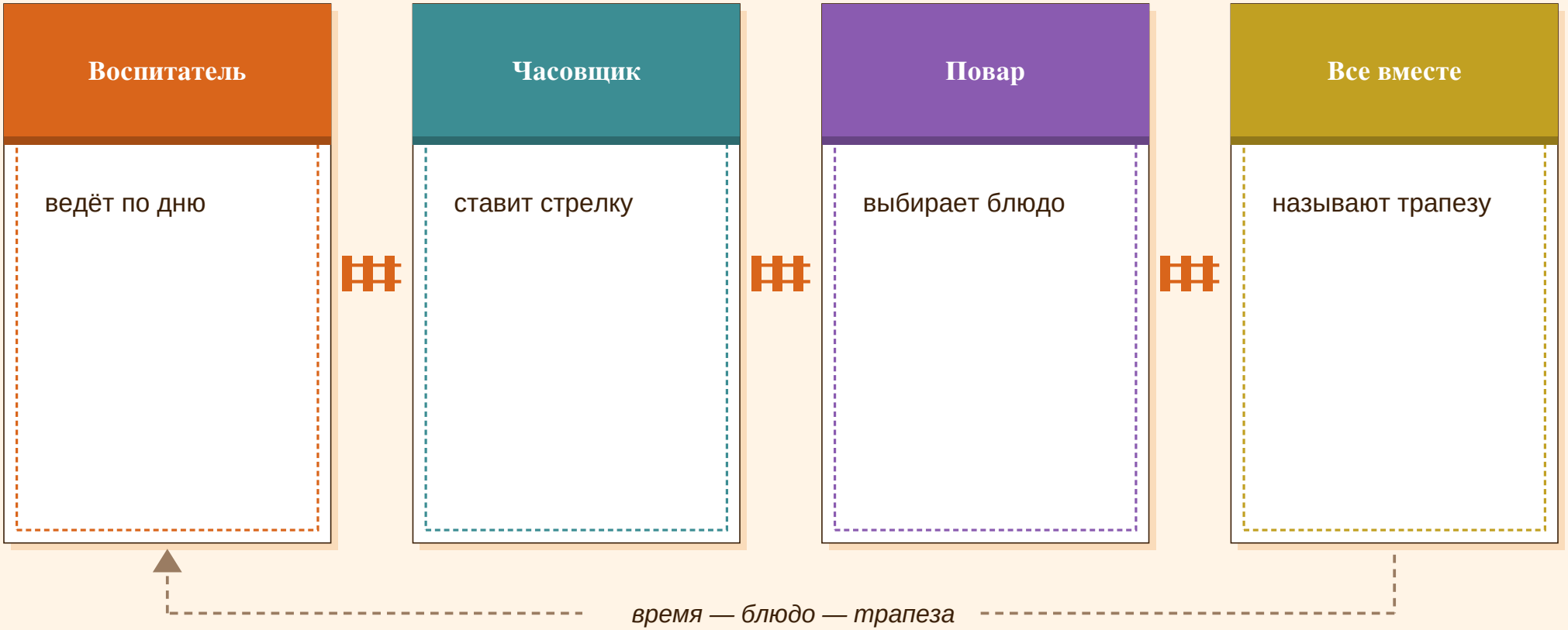
4 · УЖИН

«Вечером — лёгкий ужин и кефир».

5

Схема игры

кто что делает



6

Сложность для 4–7 лет

один ключ: число трапез и объяснение

4–5 лет

- Две трапезы
- Подсказка-солнышко
- Кладём вместе
- Называем

5–6 лет

- Три трапезы
- Находим сами
- Называем блюдо
- Говорим «завтрак»

6–7 лет

- Три трапезы и перекус
- Объясняем выбор
- Рассказываем, что ели
- Составляем меню дня

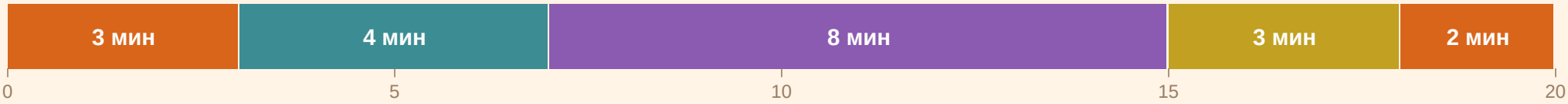
Меняем одно

Малышам — две трапезы. Старшим — три трапезы, перекус и рассказ, что ели сегодня.

7

Тайминг по этапам

всего 20 минут



1 — Время еды

знакомство

3 мин

2 — Завтрак

первая трапеза

4 мин

3 — Раскладываем день

по часикам

8 мин

4 — Наш день

что было

3 мин

5 — Итог игры

режим питания

2 мин

Всего: 20 минут

8

Пояснения (1/3)

подготовка и начало



Подготовка (до занятия)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Подготовьте три «часика» с картинками времени и 10–12 картинок блюд. Заранее узнайте меню дня в детском саду.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Сегодня мы идём по дню»

«У нас три главные трапезы»

Этап 1. Время еды (3 мин)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Покажите три часика. Спросите: когда едим? Объясните: утром, днём и вечером у нас главные трапезы.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Когда мы едим?»

«Утром — завтрак»

«Вечером — ужин»

Этап 2. Завтрак (4 мин)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Спросите: что ели на завтрак? Покажите картинки каши, омлета, бутерброда. Положите на «утро».

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Что ел на завтрак?»

«Каша — утром»

«Положи на утро»

9

Пояснения (2/3)

игра и итог



Этап 3. Раскладываем день (8 мин)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Дети кладут картинки блюд на «утро», «день» или «вечер». Просите объяснять. Добавьте перекус: яблоко, печенье, кефир.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Когда это едят?»

«Почему вечером?»

«А что на перекус?»

Этап 4. Наш день (3 мин)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Спросите: что вы ели сегодня? Помогите составить меню дня из картинок. Подведите: у нас три трапезы и перекус.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Что ел сегодня?»

«Три трапезы»

«И немного перекуса»

Этап 5. Итог игры (2 мин)

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Скажите: есть вовремя полезно — тело знает, когда ждать еду. Поблагодарите детей.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Едим вовремя»

«Спасибо поварам»

«Тело нам благодарно»

10

Пояснения (3/3)

сложность и трудные ситуации

Как регулировать сложность

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

4–5 лет: Две трапезы, подсказка-солнышко, кладём вместе, называем. 5–6 лет: Три трапезы, находим сами, называем блюдо, говорим «завтрак». 6–7 лет: Три трапезы и перекус, объясняем выбор, рассказываем, что ели, составляем меню дня. В смешанной группе старший помогает младшему.

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Давай вместе»

«Попробуй сам»

«Помоги младшему»

Если путают время, не помнят, хотят «ужин на завтрак»

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Путают — «посмотрим на солнышко». Не помнят — «ничего страшного». Хотят иначе — «можно, но обычно...».

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Посмотрим на солнышко»

«Ничего страшного»

«Обычно едим так»

Продолжение игры

ЧТО ДЕЛАЕМ И КАК

Нарисуйте меню дня. Спросите дома про семейные трапезы. Сыграйте «Что на ужин?»

ФРАЗЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

«Меню дня»

«Семейные трапезы»

«Что на ужин?»