Страна правильного питания.

К детям в гости приходит Мальвина с продуктами, она очень расстроена. Она живет в стране правильного питание, но совершенно не умеет готовить.

Просит ребят чтобы они ей помогли выбрать полезные продукты. Ведь она хочет быть здоровой. Она не хочет питаться вредными продуктами.

Дети выбирают полезные продукты, называют их, говорят, что из них можно приготовить. Мальвина спрашивает у детей какие они любят блюда. Мальвина спрашивает у детей можно ли много есть? Почему нельзя? Выясняет: -если много есть еды, может заболеть живот.

Затем дети делятся на две команды. Одна команда называет вредные продукты. Другая полезная.

Затем дети совместно с Мальвиной решают сделать салат из огурцов и помидоров.

Затем все вместе накрывают на стол. Едят салат. После еды проходит беседа о том, что полезно и нужно есть, а что не очень полезно, какие продукты нужно есть реже чем остальные.