

***Подготовительная группа
тема недели (19 – 23 октября)
«Продукты питания»***



Цель:

Сформировать понятие «Продукты питания». Расширять знания детей о продуктах здорового и нездорового питания; установить взаимосвязь, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной); уточнить и обогатить знание детей о пользе витаминов, о том, как витамины влияют на организм человека.



		
ЯЙЦА	МОЛОКО	ХЛЕБ
		
МЯСО	РЫБА	КУРИЦА



TEMPLATER.BU

продукты

самые полезные

- яблоки
- чеснок
- перец
- рыба
- морковь
- злаковые



самые вредные

- чипсы
- шоколад
- напитки
- соль
- майонез



MyShared

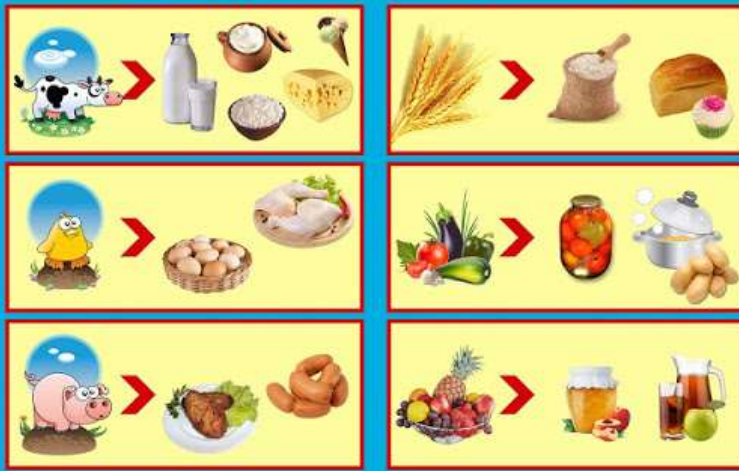


ВИТАМИНЫ



поиграем

ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

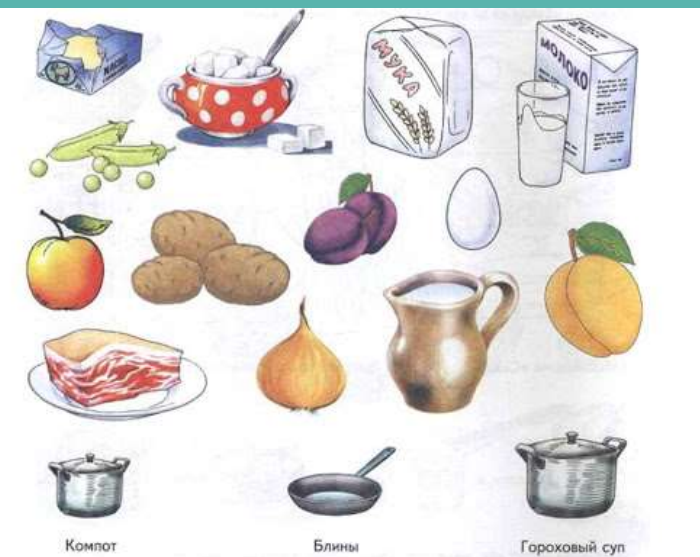


Упражнение

Распространите мысль, что не только можно давать есть, чем его кормят и в детском саду, что дает ему бабушка и т.д.

Упражнение

Посмотрите и скажите, какие из предметов не относятся к продуктам питания.



ФЭМП

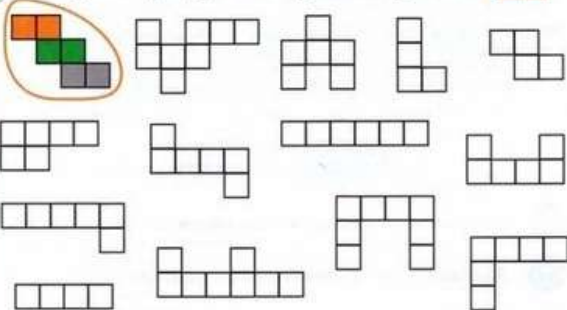
4 

Соедини

		5	ТРИ	≡	=
		3	СЕМЬ	—	≡
		6	ПЯТЬ	—	=
		4	ШЕСТЬ	=	—
		7	ЧЕТЫРЕ	=	—



! Раздели фигуры на детали домино 



Обведи фигуры из 6 клеток

<http://www.liveinternet.ru/users/ksu11111/>

Продолжи счет.
Впиши пропущенные числа.

Дата: _____
Имя: _____

	2		4			7		9	
	9			6	5				1

1			4	5			8		
10		8		6		4		2	

Нарисуй, что должно быть в пустой клетке. Сосчитай сколько всего:

	-				
	-				
	-				

www.RazvitieRebenka.com

$$6 - 4 = \square$$



$$2 + 4 = \square$$



$$7 - 3 = \square$$



$$5 + 3 = \square$$



$$4 - 3 = \square$$



$$3 + 2 = \square$$



$$5 - 2 = \square$$



$$4 + 3 = \square$$



1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Сравниваем числа

Расставь знаки: «>» — «больше», «<» — «меньше», «=» — «равно».

•		1
• •		4
• • •		5
• • • •		7

• •		3
• • •		2
• • • •		6
•		8

10		• • • •
3		• • •
7		• • • •
9		• • • •
1		•

5		•
4		• •
1		• • • •
6		• • • •
7		• • • •

лепка



аппликация



ТВОРОГ

Что за белые крупинки?
Не зерно и не снежинки.
Скисло молоко — и в срок
Получили мы ...



MyShared

*На плите стоит горячей
Вкусноту под крышкой прячет,
Кашу варит в ней мамуля,
Ручки две, одна ...*



Фрукты

Я румяную матрешку
От подруг не оторву.
Подожду, пока матрешка
Упадет сама в траву.
(груша)

На сучках висят шары,
Посинели от жары.
(сливы)

В шкуре желтой,
Кислый он,
Называется...
(лимон)

Схож он с бусами немножко,
Каждый листик — как ладошка.
Был зеленым, а поспел он -
Стал янтарным, синим, белым.
(виноград)

В шкурке золотистой,
Сладкий и душистый.
(апельсин)

Висит на веточке красиво
Сочная, желтая и синяя...
(слива)

Круглое, румяное,
Я расту на ветке;
Любят меня взрослые
И маленькие детки.
(яблоко)

Для начинки пирога
Подойдет нам курага.
А какой душистый плод
Людам курагу дает?
(абрикос)

Сорвали детишки
Синие шишки.
Шишки гладенькие,
Внутри сладенькие.
(сливы)

Этот плод продолговатый,
Витаминами богатый.
Его варят, его сушат -
Называется он...
(груша)

Хоть и очень кислый он,
В чай положим мы...
(лимон)

Синий мундир, теплая подкладка,
А в середине сладко.
(слива)



каша

Ну-ка, ну-ка, ну-ка, ну ли!
Не ворчите вы, кастрюли.
Не ворчите, не шипите,
Кашу сладкую варите,
Кашу сладкую варите,
Наших деток накормите.

Стихи для запоминания названий дней недели



В понедельник, вторник, среду
Повар борщ варил к обеду,
А в четверг и в пятницу -
Суп из каракатицы,
За субботу с воскресеньем
Наварил он таз варенья,
Постоял над тазом
Да и съел всё сразу.



В зоопарке крокодил
В гости каждый день ходил:
В понедельник к мышке,
А во вторник к мышке,
В среду к льву, в четверг к бобру,
В пятницу к двум кенгуру,
К буйволу ходил в субботу,
В воскресенье - к бегемоту.
А пришел к нему сосед -
Крокодила дома нет.

В понедельник, вторник, в среду и в четверг
В морозилке гномик делал лед и снег.
В пятницу с субботой рядышком с прудом
С педяною печкой он построил дом.
Затопил печь в воскресенье.
Дом растаял, к сожаленью.



Текст для пересказа

СТРЕКОЗА И МУРАВЬИ

Осенью у муравьев подмокла пшеница, они её сушили. Голодная стрекоза попросила у них корму. Муравьи сказали:

—Что ж ты летом не собрала корму? Она сказала:

—Недосуг было: песни пела. Они засмеялись и говорят:

—Если летом пела, зимой пляши.

Л. Толстой

Вопросы:

Что случилось у муравьев осенью? \

Чего просила стрекоза у муравьев?

Почему стрекоза не запасла корм летом?

Что ответили муравьи на просьбу стрекозы?



для вас, родители!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В КАКИХ ПРОДУКТАХ "ЖИВУТ" ВИТАМИНЫ



Витамин А (ретинол)

— содержится в наибольшем количестве в печени трески (консервы), в печени домашнего скота и птицы; в гораздо меньших количествах — в яичре зерновой, масле сливочном, сыре, яйцах куриных. Кроме того, провитамином А являются бета-каротины, который содержится в основном в растительных продуктах: моркови, петрушке, укропе, луке, шпинате и других. Витамин А обеспечивает нормальное состояние кожи и слизистых оболочек, улучшает зрение, улучшает сопротивляемость организма. Влияет на рост и развитие организма и формирование скелета.



Витамин В1

— находится в горохе, фасоле, зеленом горошке, крупах (пшено, овес, гречка), в пшеничном хлебе из цельного зерна или с отрубями (в хлебе из муки высшего сорта его мало), сычужном нежирном, печени и почках животных. Играет важную роль в обмене веществ (прежде всего — углеводов), необходим для нормальной деятельности центральной и периферической нервной системы. Он нормализует кислотность и двигательную функцию желудка и кишечника, повышает сопротивляемость организма инфекциям, укрепляет нервную систему, память, улучшает пищеварение.



Витамин В2

— в печени, почках, твороге, сыре, шпинате, манне и молоке и кисломолочных продуктах, рыбе, масле сливочном, крупах (овес, гречка). Участвует в обмене жиров и обеспечении организма энергией, важен для восприятия различных цветов в процессе зрения. Он укрепляет волосы, ногти, положительно влияет на состояние нервной системы, функции печени и кроветворения.



МАЗ «Стандарты социального питания»

НУЖНЫ ЛИ ДЕТЯМ ВИТАМИНЫ

Витамины являются жизненно важными пищевыми веществами, которые принимают самое активное участие во всех обменных процессах организма, оказывают выраженное влияние на рост и развитие ребенка, обеспечивают достаточную сопротивляемость заболеваниям. Но, детский организм не всегда в полной мере бывает обеспечен витаминами. Иногда это связано с нарушениями в организации питания детей, когда в рационах содержится мало овощей, фруктов, ягод, зелени.

В детских дошкольных учреждениях практикуется проведение круглогодичной С-витаминации пищи, а в периоды распространения острых респираторно-вирусных заболеваний проводится дополнительная поливитаминация детей с использованием препаратов, содержащих целый комплекс витаминов. Детям, отстающим в физическом развитии, часто болеющим, с пониженным аппетитом рекомендуется дополнительная поливитаминация даже при благоприятной эпидемиологической ситуации.

Наряду с применением синтетических витаминов можно использовать в детском питании очень полезные некоторые культурные и дикорастущие растения. Так, богатыми источниками витаминов, минеральных веществ, многих микроэлементов, в том числе железа, являются плоды облепихи, рябины, калины, ягоды черники, брусники, малины, смородины, голубики, ежевики, клюквы и др. Из них можно делать повидло, варенье, соки, компоты, эти плоды замораживают и сушат. Очень богата витаминами огородная зелень (петрушка, укроп, шпинат).

