

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 25 г.Челябинска».**
(МАДОУ «ДС № 25 г.Челябинска»)

**Конспект педагогического мероприятия с детьми старшей группы
«Здоровое питание».**
(познавательное развитие).

Составила:
Мочалова Марина
Николаевна.
Воспитатель.

Вид деятельности: познавательное развитие.

Интеграция образовательных областей: речевое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие.

Тема образовательной деятельности: «Здоровое питание».

Цель: формирование культуры питания.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать у детей потребность быть здоровыми
- воспитывать желание вести здоровый образ жизни
- воспитывать аккуратность, чистоплотность.

Развивающие:

- развивать логику, мышление, внимание, память
- развивать любознательность, наблюдательность
- развивать умение высказывать свои мысли о правилах здорового питания
- развивать способность рассуждать и объяснять причинно-следственные связи
- развивать умение работать в коллективе.

Образовательные:

- познакомить с понятиями правильное питание и «витамины»
- познакомить с условными обозначениями витаминов А, В, С, Д.
- продолжать формировать представления о пользе продуктов питания и их значении для организма человека
- формировать у детей понимания, что здоровье целиком зависит от правильного питания.

Предварительная работа:

- беседы о здоровье и здоровом образе жизни
- рассматривание иллюстраций
- изучение пословиц о еде

-заучивание стихотворений

-лепка овощей и фруктов

-дать детям задание на дом, подготовить рассказ о витаминах

Оборудование и материалы:

корзина с продуктами, иллюстрации с продуктами витаминов А, В, С, Д, две кастрюли, макеты овощей, ягод, фруктов, тарелочки с разными крупами и их иллюстрации, фартуки для дежурства, два флажка красный и зелёный, макеты продуктов, картинка или игрушка Карлсон.

Активизация словаря:

Питательные вещества, здоровое питание, витамины, правильное питание, магазин, сладости, овощной суп, ягодно-фруктовый компот, крупа, каша

Ход НОД:

Воспитатель: Ребята, сегодня на наше занятие я пригласила сказочного персонажа, Карлсона, но он прислал письмо и пишет, что не сможет прилететь к нам, так как плохо себя чувствует. Он съел много конфет, и теперь у него болит живот. И он просит нас помочь ему разобраться в правильном питании, научить его покупать правильные продукты, чтобы всегда быть здоровым. Поможем? (да).

Воспитатель: Ребята, скажите, где мы покупаем продукты? (магазин). Посмотрите в корзину и назовите, что в ней лежит. (молоко, яйцо, хлеб, сыр и т.д).

Как можно это всё назвать одним словом? (продукты питания).

Для чего нужны человеку продукты питания? (чтобы человек рос, развивался, имел силы).

Человек может жить без еды? (нет).

А животные питаются? (да).

Воспитатель: Правильно. Питаются все, люди, животные, птицы, насекомые. Любому организму от маленького до взрослого-требуется еда. Как только питание перестаёт поступать своевременно, организм начинает слабеть. А в продуктах содержатся питательные вещества, которые помогают нашему организму расти и развиваться.

Воспитатель: Ребята, а какие правильные питательные вещества вы знаете? (витамины).

Воспитатель: Правильно, в продуктах содержится много разных витаминов. И у каждого из них есть своё имя и домик, где они живут. Сейчас ребята расскажут нам об этих витаминах.

Катя. Рассказ и показ витамина А. Этот витамин важен для зрения и роста. Содержится в моркови, сливочном масле, яйцах, помидорах, петрушке.

Ваня. Рассказ и показ витамина В. Помогает работать нашему сердцу, сохраняет нервную систему, повышает иммунитет. Содержится в семечках, в печёнке, в мясе, в фасоли, в хлебе и молоке.

Света. Рассказ и показ витамина С. Укрепляет организм, защищает от простуды, укрепляет иммунитет. Содержится в фруктах и овощах.

Алёна. Рассказ и показ витамина Д. Делает ноги и руки крепкими, предохраняет от рахита. Содержится в яйцах, рыбе, сырой капусте, молоке.

Мирослава. Рассказ и показ витамина Е. Оказывает благоприятное влияние на глаза. Содержится в яичном желтке, печёнке, кукурузе.

Воспитатель: Спасибо, за интересные рассказы. Каждый из этих витаминов очень важен для нашего организма.

Воспитатель: Ребята, а что будет с организмом человека, если он, как Карлсон, будет кушать одни сладости, конфеты? (заболят зубы, живот, не будет сил).

Воспитатель: Правильно. Детям и взрослым нужно полноценное и разнообразное питание, а не только сладости.

Воспитатель: Поиграем в игру «Полезная и вредная еда». На столе лежат продукты питания. Зелёным флажком отмечаем полезные продукты, красным флажком - не полезные продукты.

Воспитатель: Молодцы, все правильно справились с заданием.

Воспитатель: Ребята, а как вы думаете, что ещё нужно человеку для здоровья, кроме еды? (физкультура, спорт). Давайте сделаем физкультминутку.

Физминутка.

Воспитатель: Мы с вами ещё выучили стихотворение о правильном питании, давайте расскажем его.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

Воспитатель: Поиграем в игру «Мои помощники». Девочки сварят овощной суп, а мальчики ягодно-фруктовый компот.

Дети берут кастрюлю и кладут правильные продукты, для приготовления полезной еды. Потом дети проверяют, правильно потрудились другая команда.

Воспитатель: Молодцы все ребята, потрудились на славу.

Воспитатель: Ребята, мы назвали много разной полезной еды. Но про одно блюдо забыли, без которого не обходится ни один завтрак в детском саду. Что это? (каша). Правильно, это разные каши.

Воспитатель: Мирослава расскажет стих про каши.

Мирослава: Я бываю манной,

Гречневой, овсяною.

Рисовой и пшённой,

В варке очень скорой.

Насыпайте осторожно.

Ведь рассыпать меня можно.

Воспитатель: Перед вами разные крупы. Давайте их рассмотрим, потрогаем и вы назовёте правильно, какую кашу можно приготовить из данной крупы и соотнести её с картинкой.

Воспитатель: Молодцы, все правильно справились с заданием.

Воспитатель: Ребята, вы приготовили пословицы о еде и правилах питания. Расскажите свои пословицы, а остальные ребята расскажут, как они понимают смысл данной пословицы.

Богдан: «Когда я ем, я глух и нем».

Роман: «Гречневая каша-матушка наша».

Андрей: «Хлеб ржаной-отец наш родной».

Воспитатель: Спасибо, за пословицы.

Воспитатель: Ребята, Карлсон ждёт от нас ответа. Давайте вспомним, что нового узнали о еде и потом напишем письмо Карлсону.? (еда полезная и вредная). Что делает нашу еду полезной? (витамины). Какая полезная еда каждый завтрак в детском саду? (каша). Можно часто и много есть сладкой еды? (нет).