МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 12 «АЛЕНУШКА» ПОСЕЛКА ПСЕБАЙ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСТОВСКИЙ РАЙОН

Конспект занятия

в старшей группе

Тема «Здоровая пища»

Образовательная область: «Социально-коммуникативное развитие».

Провела воспитатель старшей группы

Зайцева В.В.

**Цель**: формирование основ культуры здорового питания.

**Задачи:**

Формировать знания детей о продуктах питания и их значении для человека.

Учить выделять понятия: «здоровая пища», «полезные продукты», «вредные продукты».

Способствовать развитию наблюдательности, памяти, логическому и образному мышлению.

Продолжать учить детей связно и последовательно выражать свои мысли, пользуясь предложениями различной структуры, расширять словарь детей по данной теме.

Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

**Предварительная работа**: сюжетно-ролевые игры «Магазин овощей и фруктов», «Семья».

Повторение стихотворения «Хозяйка однажды с базара пришла…»

**Материал и оборудование**: корзинки с овощами и фруктами(муляжи), карточки с изображением продуктов питания, картинки – схемы, мяч.

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание | Обратная связь на высказывание детей |
| Воспитатель незаметно для детей оставляет в группе коробку, в которой находятся фрукты и овощи (муляжи); картинки с изображением  молочных продуктов, блюд из мяса и рыбы.  Если они не обращают внимания, то говорит.  -Друзья, а что нового появилось у нас в группе?  -Как одним словом можно назвать это? | Какие вы внимательные! |
| - Для чего нужны продукты питания?  -Почему так говорят: «здоровая пища», «полезные продукты», «вредные продукты». | Интересный вариант, кто еще как думает? |
| -Ребята, а какие продукты мне выбрать : полезные для здоровья или вкусные, но «вредные»? | Именно так. Как здорово, что вы это знаете. |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| -Расскажите, что находится в овощах, фруктах?  -Какие продукты нужны для вашего роста, увеличения мышц, для здоровья зубов, волос, кожи, для острого зрения.  -Ребята, как вы думаете , здоровым быть здорово?  А помогает подобрать правильное и полезное питание доктор по профессии: диетолог. | Точно.  -А кому интересно узнать?  -Отличная мысль! |
| Пальчиковая гимнастика «Хозяйка однажды с базара пришла…». |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Игровое упражнение ««Рассортируй»  (разложить фрукты и овощи на три группы  - что едят только сырым (редис, огурец, лимон, орехи…)  - что едят только вареным (картофель, баклажан, кабачок, фасоль, чечевица…)  - что едят и сырым и вареным) | При необходимости воспитатель дает советы. |
| Игра «Я знаю» (игра с мячом)  Воспитатель, передавая мяч ребенку, начинает предложение, ребенок, принимая мяч, заканчивает.  - Я знаю такие блюда из муки:…  - Я знаю такие блюда из овощей:…  - Я знаю блюда, приготовленные из молочных продуктов:…  - Я знаю, с чем каша будет вкуснее:… | Интересный вариант! |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| -Мне очень хочется узнать, что вам запомнилось! Предлагаю вам стать настоящими диетологами!  Игровое упражнение с картинками – схемами: «Правила питания».  **Часы** - нужно есть в одно и то же время.  **Водопроводный кран и мыло** - мыть руки перед едой.  **Нос** - нельзя есть продукты, которые плохо пахнут.  **Корзина** с фруктами - больше есть фруктов и овощей.  **Перечеркнутые сладости** - нельзя есть много сладкого, особенно перед едой.  **Корова** - есть молочные продукты. | Вы настоящие диетологи!  А теперь внимание, друзья, дам совет полезный я:  Утром рано спозаранку, дружно ешьте вы овсянку.  Умывайтесь, закаляйтесь, дружно спортом занимайтесь  Я желаю вам, друзья, быть здоровыми всегда ! |