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 изображениеммолочных 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 занимайтесьЯ желаю вам, друзья, быть здоровыми всегда ! |