

Конспект по познавательному развитию :

«Готовим фруктовый салат»

Подготовила и провела:

Рябова О В.

Цель:

-Формирование элементарных знаний и умений по приготовлению пищи.

Программные задачи:

- продолжать знакомить детей с разнообразием продуктов для приготовления блюд.

- закрепить знание названий и полезных свойствах фруктов.

- воспитывать аккуратность, любовь к труду, желание доставлять радость себе и другим.

Продукты:

-яблоки, груши, бананы, йогурт.

Оборудование:

Миска, поднос, салатница, салфетки, схема – рецепт фруктового салата. На каждого ребенка - разделочные доски, ножи, фартуки, головные уборы.

Воспитатель собирает детей в кружок, читает стихотворение Марины Борисовны Радионовой «Как мы готовили салат»:

Ход:

Чтоб в группе угостить ребят,

Решили сделать мы салат,

Но что в салат наш положить?

Об этом надо всех спросить!

-В салате должен быть банан!

Воскликнул сразу же Роман.

А вот Сабина и Альбина

Хотят положить мандарины.

Георгий, отложив игрушку,

Решил в салат положить грушку.

- Я очень яблоки люблю,

И только их в салат кладу!

Всем объявила наша Ева

И сразу фартучек надела.

- Можно йогурта немножко?

Спросил тихонечко Серёжка,

- Его положить буду рад,

Нежнее станет наш салат!

Все дружно принялись за дело,

Работа вскоре закипела.

С ножом работай осторожно,

Не то пораниться им можно!

Добавим йогурта и вот,

Дежурный всех к столу зовёт.

На славу вышел наш салат

И все ребята говорят:

- Так вкусно не сготовить маме,

Ведь это сделали мы сами!

Воспитатель:- Ребята а вы знаете, что можно приготовить из фруктов? Сегодня, я предлагаю приготовить салат, но не простой, а фруктовый.

- Салат, что это за блюдо? (блюдо, где смешиваются несколько ингредиентов)

- Что мы положим в салат, отгадайте:

1. Весит на ветке колобок,

Блестит его румяный бок. (яблоко)

Яблоко – этот фрукт богат витаминами и питательными веществами. Яблоки приносят пользу всем. Свежее сочное яблоко богато витамином С, который поможет укрепить иммунную систему.

Печенные яблоки – восстанавливают работу органов пищеварительной системы. Отвар из сушенных яблок – пополняет организм полезными веществами. Яблочный сок – уничтожает микробы.

2. Знают этот фрукт детишки,

Любят есть его мартышки.

Роддом он из жарких стран

В тропиках растет. (банан)

Бананы – растут в южных странах. С бананового дерева плоды срезают недозрелыми, они лучше перенесут дорогу и хранение. Ведь прежде, чем попасть на прилавки магазинов, им предстоит долгий путь. Везут их по морю.Бананы содержат большое количество калия, полезного для нашего мозга, сердца и мышц. Витамины: А, В1, В2, В3, В6, Е, РР улучшают память, внимание, полезны для здоровья волос.

3. Этот плод продолговатый,

Витаминами богатый.

Его варят, его сушат,

Называется он…. (груша)

Груша – напоминает своей формой лампочку. В груше содержится огромное количество полезных веществ – клетчатка, сахароза, глюкоза, фруктоза, каротин. Витамины: А, В1, В2, В3, Р, Е, С. Много в груше макро- и микроэлементов: железа. В мякоти содержится много ионов калия, способствующего нормальной работе сердца и мышц. Отвар из сушеных груш помогает от кашля.

- Молодцы! Все загадки отгадали! Из этих продуктов мы будем готовить салат. Так как мы с вами, ребята стараемся есть только полезную пищу, заправлять салат мы будем йогуртом.

Йогурт – это кисломолочный продукт. Йогурт – помогает пищеварению. Теперь можно приступать, но прежде давайте вспомним правила работы на кухне:

- С чего начинается любая работа на кухне?

Перед началом какой-либо работы на кухне и после ее окончания необходимо вымыть руки с мылом.

Обязательно надеть фартук, чтобы не пришлось стирать потом всю одежду. Девочкам длинные волосы лучше собрать в хвост или повязать косынкой.

Фрукты должны быть чисто вымыты.

О посуде. Когда закончим готовить, ее придется помыть.

На кухне будьте внимательны, не отвлекайтесь.

В работе мы будем использовать нож? Кто расскажет, как правильно работать с ножом (нож нужно держать за ручку, а лезвием резать фрукт. Пользоваться ножом необходимо очень осторожно, чтобы не порезаться.

-Теперь и к работе можно приступать. Но для начала ребятам необходимо вымыть руки.

Дети идут мыть руки и возвращаются за столы.

Ребята, у каждого блюда есть рецепт. Посмотрите на схему-рецепт фруктового салата. (Выставляется изображение)

Что нужно сделать сначала? (почистить фрукты)

За тем? (нарезать их)

Потом? (сложить в миску)

После? (перемешать, заправить и выложить в салатницу)

После салат нужно заправить йогуртом и перемешать.

Совместная работа педагога и детей.

Дети вместе с воспитателем очищают и режут фрукты кубиками. Нарезанные фрукты складывают в один большой салатник. Добавляют йогурт и перемешивают.

Салат готов, теперь можно будет угостить всех детей и взрослых.

Но сначала нужно все убрать.

Угощение салатом.

Рифлексия.

Вкусный салат?

А из чего мы его приготовили?

Такой вкусный салат вы можете приготовить самостоятельно дома, порадовать своих близких.





