

Составил:
Воспитатель высшей категории
МАДОУ «ДС № 364 г. Челябинска»
Фахрисламова Гульфира
Загидуловна

Конспект
образовательной деятельности
по познавательному развитию
Тема: «Правильное питание. Полезные продукты»
в старшей группе

2022 г

Вид занятия: познавательное развитие

Тема: Правильное питание. Полезные продукты.

Программное содержание:

Способствовать:

1. расширению представлений детей о полезных продуктах (еда должна быть не только вкусной, но и полезной)
2. развитию познавательного интереса, мышления, воображения, любознательности
3. воспитанию у детей правильного отношения к питанию как составной части сохранения и укрепления своего здоровья.

Предварительная работа: чтение стихотворений, отгадывание загадок, беседы о правильном питании.

Оборудование и материалы: сообщение от Барбоскиной Лизы; меню на сегодня; прозрачные банки с крупами (гречка, рис, овсяные хлопья, пшено, ячневая, манная и кукурузная крупа); карточки с изображениями овощей, фруктов, ягод, молочных продуктов, мяса, рыбы, хлеба, крупы; фрукты (муляжи); тканевый мешочек.

Мотивация:

Способ организации: Дети стоят в кругу с воспитателем.

Звучит сигнал уведомления. На телефон пришло сообщение.

Воспитатель: Ребята, пришло сообщение от Барбоскиной Лизы! Читаю: Здравствуйте, ребята! Я слышала, что нужно питаться правильно, вот я и старалась, ела все самое вкусное, правильное. Сначала я ела шоколад, пила сладкую газировку, грызла леденцы. Было так вкусно! Но от этого питания мне стало только хуже, у меня разболелся живот, потом голова и зубы! Доктор мне сказал, что нужно правильно питаться и есть только полезные

продукты. Ребята, расскажите, пожалуйста, как вы питаетесь в детском саду и что такое полезные продукты!

Воспитатель: Ребята, разве Лиза правильно питалась?

Воспитатель: Ребята, ну что, поможем Лизе?

Дети: Да, обязательно поможем.

Воспитатель: Мы запишем видео-сообщение и отправим Лизе.

Ход занятия:

I часть

Способ организации: дети свободно размещаются на ковре.

Цель: Ребята, расскажем Лизе, как мы питаемся в детском саду и что такое полезные продукты?

Воспитатель устанавливает видео - аппаратуру.

Анализ и оценка ответов детей по ходу занятия.

Воспитатель: Ребята, как узнать, что нам приготовят сегодня повара?

Ответы детей:(можно посмотреть меню)

Воспитатель: А где в группе мы можем посмотреть меню?

Дети: В раздевалке.

Воспитатель: Это меню. Как называется приём пищи утром?

Воспитатель: Что мы обычно едим на завтрак?

Дети: Бутерброд с маслом, какао, кашу.

Воспитатель: А какие продукты нам понадобятся для приготовления каши?

Дети: молоко, сахар, соль, крупа.

Воспитатель: Правильно все сказали, а крупа- это главное в каше, без нее каши не сварить. Предлагаю поиграть в интересную игру. У меня есть баночки с различными крупами, и вы должны выбрать баночку, дать название крупы, и какая каша получится из нее? Например, это кукурузная крупа и из нее готовят кукурузную кашу.

Дети рассматривают и называют крупы в приготовленных прозрачных баночках (гречка, рис, геркулес, пшено, ячневая, манная и кукурузная крупа). Каждый ребенок берет одну баночку с крупой и составляет предложения по образцу воспитателя.

Воспитатель: Про завтрак мы поговорили, а о чем мы расскажем Лизе дальше? Как называется приём пищи днем?

Дети: Обед.

Воспитатель: Правильно, обед у нас обычно состоит из трех блюд. Первое, второе и третье. Какое блюдо у нас обычно на первое?

Дети: Суп.

Воспитатель: Суп- это очень полезная еда. Суп дает нам много энергии и наполняет организм силой. Ребята, подойдем к столу.

Дети подходят к столу, на котором находятся картинки с ингредиентами для супа.

Воспитатель: Посмотрите, здесь есть картинки с изображением продуктов для приготовления первого блюда. Вам нужно убрать лишние картинки, если

они есть, и сказать какой суп можно приготовить из оставшихся продуктов. Давайте поделимся на две команды.

Дети делятся на две команды. Дети убирают лишние картинки и говорят название супа. Первая команда - гороховый суп, вторая- борщ.

Воспитатель: Ребята, что мы кушаем после супа?

Дети: После супа мы кушаем второе блюдо.

Воспитатель: На второе у нас обычно что-то мясное и гарнир. Ребята, что такое гарнир?

Дети: Гарнир – это добавление к мясным блюдам.

Воспитатель: Что это может быть?

Дети: Это могут быть различные каши, макароны и картофельное пюре, тушеные овощи.

Воспитатель: Скажите, что можно приготовить из мяса?

Дети: Котлеты, суфле.

Воспитатель: Правильно, а какие бывают котлеты?

Дети: мясные, куриные.

Воспитатель: Правильно, а что мы пьем в конце обеда? Что у нас на третье?

Дети: Компот, кисель.

Воспитатель: Из чего варят компот и кисель?

Дети: Компот и кисель варят из фруктов и ягод.

Воспитатель: В фруктах очень много витаминов, они укрепляют защитную функцию организма и помогают нам реже болеть и оставаться здоровыми. У меня есть волшебный мешочек, в нем много разных фруктов и ягод. Каждый из вас достанет фрукт, назовет его и какой компот из этого фрукта получится. Например, это слива, из сливы варят сливовый компот.

Дети по очереди достают из мешочка фрукты, и составляют предложения по образцу воспитателя.

Воспитатель: Справились ребята, о чем мы дальше расскажем Лизе? Как называется приём пищи после сна?

Дети: Приём пищи после сна – это полдник.

Воспитатель: Ребята, что мы едим на полдник?

Дети: На полдник дают булочки, кефир, ряженку, йогурт.

Воспитатель: Из чего сделаны эти продукты?

Дети: Они приготовлены из молока.

Воспитатель: Как одним словом, назвать продукты из молока?

Дети: Продукты из молока называются-молочные.

Воспитатель: Как вы думаете, почему молочные продукты так полезны для детей.

Дети: в них очень много кальция. Кальций - это такой элемент, который позволяет нашим костям расти крепкими, а зубам – здоровыми. Кто кушает молочные продукты, тот растет сильным, красивым и умным.

Воспитатель: Хорошо, про полдник мы рассказали. О чем мы дальше расскажем? Ребята, как называется приём пищи вечером?

Дети: Ужин.

Воспитатель: Что нам дают обычно на ужин?

Дети:второе блюдо.

Воспитатель: А где же первое блюдо?

Дети:Ужин – последняя еда перед сном. Он должен быть лёгким, ведь ночью мы отдыхаем. Поэтому во время ужина надо есть блюда, состоящие из молока, яиц, овощей, круп и рыбы.

Итог: Чему мы научили Лизу?

Ответы детей.

II часть

Способ организации:дети находятся перед магнитной доской.

Цель:Чтобы помочь Лизе,предлагаю составить карту-подсказку «Полезные продукты».

На этой карте мы отметим всё, что вы сейчас рассказали. Сделаем это с помощью карточек-рисунков.

Дети по очереди подходят к магнитной доске, выбирают любую карточку, называют, что изображено на карточке и помещают её в любой пустой квадрат.

Воспитатель: Ребята, а тут остались карточки. Что на них изображено? Почему вы их не выбрали?

Воспитатель: Чем мы сейчас помогли Лизе? Ребята, у нас получилась отличная карта-подсказка для Лизы.

Воспитатель с помощью телефона делает фото карточки-подсказки «Полезные продукты»

Воспитатель: Ребята, я отправлю для Лизы видео-сообщение и фото карточки подсказки «Полезные продукты». Теперь она будет питаться правильно.