

**ЗАКЛАД ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ (ЯСЛА-САДОК) №1 «ДЗВІНОЧОК»
САРНЕНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ**

*Конспект комплексного заняття
з основ безпеки життєдіяльності за навчальним курсом
«Дошкільнятам освіта для сталого розвитку»*

«День народження Карлсона»

Середня група



Підготувала і провела
вихователь: **Житнік І.В.**

м.Сарни – 2021р.

Мета: продовжувати формувати уявлення дітей про здоровий спосіб життя, навчати дітей цінувати його та дбати про нього; розширювати знання дітей про те, що є корисним, а що шкідливим для їхнього здоров'я продовжувати формувати уявлення дітей про здоровий спосіб життя, навчати дітей цінувати його та дбати про нього; Формувати у дітей початкові уявлення про дії та поведінку в напрямі сталого розвитку, що необхідні для свідомого вибору способу власного життя. Розширювати знання дітей про те, що є корисним, а що шкідливим для їхнього здоров'я. Збагачувати практичний досвід дітей, надавати їм можливість виявити творчу ініціативу, самостійно приймати рішення. Заохочувати до досліджень та експериментувань. Розвивати пізнавальні здібності дитини, здатність аналізувати, робити узагальнення, висувати припущення, обґрунтовувати власну думку. Виховувати свідоме ставлення до свого здоров'я, бажання піклуватися про своє здоров'я та здоров'я своїх товаришів.

Ідея: щоб бути здоровою, людина має вживати здорову їжу, їсти фрукти, овочі, пити корисні напої.

Очікувані результати:

- пояснювати чому овочі, фрукти, трав'яні чаї є корисною для здоров'я їжею;
- свідомо обирати серед продуктів фрукти й овочі;
- свідомо обирати серед напоїв соки й трав'яні чаї.

Матеріали: загадка про Карлсона, матеріали до гри «Корисна та шкідлива їжа»; кошики, по два яблучка жовтих, зелених, білих; три картини для обговорення; кульки, святкові ковпачки на голову, шаблон меню, прозорі склянки по 2 на кожну дитину, ложечки, лійки, ватні диски, кольорова газувата вода у пляшках, пляшки з мінеральною водою, тістечка, кока кола, велика прозора ваза, заварник з ромашковим чаєм, склянки з медом, подарункова коробка з яблуками, декорації ресторану (посуд, серветки, гарно накрите столи).

Попередня робота: проведення аудиту на різні теми, бесіди, дидактичні ігри про корисну та шкідливу їжу та напої, бесіди за картинками, бесіди про лікарські рослини, заварювання трав'яних чаїв, зокрема ромашкового чаю.

Хід заняття:

Наше здоров'я це пер за все посмішка. Дітки, давайте всі посміхнемось , посміхніться мені, один одному. Давайте побажаємо один одному доброго ранку, привітаємось з нашими гостями. (Діти вітаються).

1.МОТИВАЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ.

Звук повідомлення на комп'ютер.

Діти, щось нам прийшло, давайте ми з вами перевіримо, що ж це за повідомлення.

Вихователь відкриває на комп'ютері лист. Так це ж загадка! Спробуйте її відгадати , і дізнаєтесь хто ж нам надіслав це повідомлення.

Усе солодке поважаю,

Немов бджола гуду й кружляю,

Смішний, товстий і невгамовний

Та ще й до вигадок невтомний,

Моторчика маю я на спині,

Відомий кожній я дитині.

Грає музика залітає Карлсон.

Карлсон: Привіт, діти, привіт, вам дорослі. А у мене сьогодні день народження і я хочу запросити вас до найкращого у світі ресторану «HEALTHY FOOD». В перекладі з англійської мови це означає «Корисна їжа».

Вихователь: Діти, а що таке «корисна» їжа, як ви розумієте? Для цього пропоную вам пограти у гру «Корисна та шкідлива їжа». Діти підбирають картки на яких зображена здорова їжа (овочі, фрукти), і називають що ми можемо з них приготувати.

Карлсон: але тістечка смачніші, все одно їх їстиму.

2.САМОДОСЛІДЖЕННЯ: ВСТУПНИЙ АУДИТ.

Вихователь: ви багато бачили, слухали, а зараз ми перевіримо, як наші дітки дотримуються здорового харчування. Для цього я вам пропоную зібрати ось такий вітамінний кошик. Але подивіться які у вас є яблучка. Чи однакові вони? Чим вони відрізняються? Яких вони кольорів? Я вам задаватиму запитання, а ви маєте пригадати випадки зі свого життя і позначити відповідь відповідним кольором. Якщо ви це робите «завжди» - позначаєте зеленим кольором, (покласти зелене яблучко); якщо ж «іноді» – жовтим кольором,(жовте яблучко); «ніколи» так не робите – білим кольором (біле яблучко). До кожного питання діти підбирають фішку відповідного кольору.

- *Чи вживаєте ви протягом дня овочі?*

- *Чи вживаєте ви протягом дня фрукти?*

3.ОБГОВОРЕННЯ БАЖАНОЇ МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ НА ОСНОВІ КАРТИНИ.

Картина закрита. Підвести дітей до картини. А що в нас тут? Можливо це подарунок? Відкрити. Мабуть тут дітки теж поспішають на день народження. Запропонувати розглянути картину. Інші картини закриті.

1 картина.

- Хто зображений на картині?
- Що відбувається?
- Хто прийшов у гості до старших дітей?
- Як ви гадаєте, чи господарі готувалися пригостити малюків?
- Чим вони їх будуть пригощати?

2 картина.

- Що відбувається?
- Чим збираються частувати малюків господарі?
- Чи є їжа, яку пропонують господарі, корисною для дітей?
- Чим небезпечно для дітей їсти багато тістечок та солодощів?
- Як би ви там були, чим би ви порадили пригостити малюків?

Зараз ми подивимось, чи дослухались діти до наших порад і показати **картину 3.**

- Що відбувається зараз?
- Чи поміняли вони продукти для частування?
- Що саме змінилось?
- Що саме змінилось?
- Чому на столі з'явилися трави та ягоди для чаю?
- Які напої готують діти?
- Щоб ви із задоволенням з'їли або випили, якби опинилися у груповій кімнаті?

- Як ви поясните дітям молодшої групи у чому переваги корисної їжі?

Фізкультхвилинка.

Щось ми зовсім забули, що у нашого Карлсона день народження. Адже коли день народження то має бути весело. Під веселу музику діти разом з Карлсоном танцюють (з ковпаками і кульками).

Карлсон: дуже ви мене повеселили, але щось я вже зголоднів. Давайте підемо до ресторану, і там я вас почастую солоденьким.

Діти разом з Карлсоном вирушають до ресторану. Їх зустрічає адміністратор.

Адміністратор: Доброго дня, запрошуємо вас до нашого ресторану «здорового» харчування. Сідайте всі зручненько, ось вам меню.

Адміністратор дає меню, Карлсон попереду всіх вириває з рук меню.

Карлсон: Я знаю, знаю: хочу тістечок, морозива та солодкої газованої водички.

Адміністратор: але у нас ресторан «здорового» харчування, і такого у нашому меню зовсім немає.

Карлсон: а у мене це все є з собою. Я по дорозі зайшов у супермаркет і все це накупив. Ось пригощайтесь... Дістає солодку воду, напивається її.

Вихователь: ооо, Карлсоне, зачекай будь ласка, звісно – все це смачно, але чи корисно для нашого здоров'я.

Вихователь: ти казав дуже любиш солодку газовану воду. А в цю воду додають хімічний барвник, що є причиною різних хвороб людини, а саме нудота, біль у животі, алергія. Зараз наші дітки тобі це покажуть.

«Дослід з солодкими газованими напоями».

У дітей на столах прозорі склянки, лійки, ватні диски, пляшки з солодкою газованою водою різних кольорів.

Поставте перед собою склянки, у склянки помістіть лійки. Візьміть ватний диск і покладіть його у лійку. Тепер візьміть пляшки з водою, відкрутіть, і через лійку налейте у склянку. Уявіть що це людський організм і ніби ми п'ємо солодку газовану водичку.

Що ви побачили? Якого кольору стали ваші диски? Діти по черзі відповідають, оскільки в кожного різний колір.

Вихователь: тепер ти зрозумів, як барвники впливають на організм?

Карлсон: Збагнув! Тепер питиму лише прозору газовану воду без кольору і солодкого сиропу.

Вихователь: що ж поговоримо про звичайну газировку.

«Дослід з газованою водою».

На столах прозорі склянки, ложечки і пляшки з газованою водою.

Візьміть склянки, потім відкрутіть пляшки і налейте туди водички. Візьміть ложечки і помішайте воду.

Діти відповідають.

Вихователь: а це діти вуглекислий газ, що теж погано впливає на роботу внутрішніх органів, викликає біль у животі та здуття. Покуштуйте трішечки. Що ви відчули?

Діти відповідають

Вихователь: Карлсоне, ти переконався що ці напої зовсім не косині для нашого здоров'я, а навпаки – шкідливі.

Карлсон: ой – йо –йой я забув вас пригостити тістечками та морозивом. (Дістає з корзини і викладає на стіл).

Запропонувати дітям підійти до іншого столу.

Вихователь: діти, чи можна їсти багато солодоців? Чому? Чи корисні вони для здоров'я? Зараз ми покажемо Карлсону, що відбувається з нашим шлунок, коли ми багато їмо солодоців.

«Дослід з солодоцями».

На столі велика, глибока ваза, різні тістечка.

Вихователь: уявімо, діти, що це людський шлунок. Накидаємо туди тістечка, морозиво і заливаємо солодкою газованою водою.

Спостерігають, що відбувається.

Вихователь: ось так ми з вами навантажуюмо свій шлунок, і він не може правильно працювати, і так виникають болі у животику.

4. ОБГОВОРЕННЯ БАЖАНОЇ МОДЕЛІ ПОВЕДІНКИ.

Карлсон: тепер я вас зрозумів, і зараз почастану вас «здоровою» їжею. Сідають за столи.

Карлсон: Ой, щось мені зле, мені дуже болить живіт (тримається за живіт, падає качається на підлозі).

Вихователь: діти, як ви думаєте, чому Карлсону болить живіт? Так, це все через твоє, Карлсоне, харчування. А давайте ми з вами полікуємо Карлсона. Як ми можемо йому допомогти? (зваримо йому трав'яний чай з ромашки).

Ромашка – лікарська рослина, відвар з якої допоможе зняти біль. Ми з дітками сьогодні вранці варили такий чай і зараз ним почастанемо Карлсона. Налити чай. А що можна зробити, щоб він став смачнішим?(додати мед). Так, мед заміняє цукор, який є дуже шкідливим для нашого з вами здоров'я. Наберіть по одній ложечці меду і додайте у свій чай.

5. ФОРМУВАННЯ НАМІРІВ.

Отож сьогодні ми з вами побачили що може статися з нами, якщо ми будемо їсти багато солодоців та пити газовану воду. Допомогти дітям сформулювати свою думку починаючи зі слів «Тепер я буду...».

- Тепер я буду вживати овочі;
- Тепер я буду вживати фрукти;
- Тепер я буду їсти здорову їжу;
- Тепер я буду вживати мед замість цукру;
- Тепер я буду пити трав'яні чаї.

Підсумок: діти частуються чаєм і частують ним Карлсона. Ми ж зовсім забули... а подарунки, де ж подарунки? Адже на день народження завжди дарують подарунки. Дістаємо велику подарункову коробку з яблуками. Карлсон всіх пригощає яблуками.