

Конспект открытого занятия "Полезные и вредные продукты" в средней группе.

Автор: Харитоновна Татьяна Леонидовна, воспитатель МБДОУ Црр №26, г. Красногорск, Московская область.

Цель: ознакомление детей с полезными и вредными продуктами питания, витаминами, их значением для здоровья человека, обогащение словарного запаса детей новыми словами по теме.

Образовательная: уточнить представления детей о разнообразии продуктов, о названиях фруктов и овощей, их пользе для здоровья человека и входящих в их состав витаминах.

Развивающая: развивать связную речь, умение работать в группе и отвечать на поставленные вопросы, высказывать своё мнение.

Воспитывающая: воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Оборудование: демонстрационный материал с изображением овощей, фруктов. Плакат с изображением продуктов и входящих в них витаминов. Письмо (конверт) с загадками, посылочный ящик с набором полезных продуктов, макеты продуктов, магнитофон для оформления музыкального сопровождения.

Предварительная работа: подготовка масок овощей и фруктов, заучивание стихов, оформление места для игры в магазин, изготовление макетов продуктов, запись музыкального сопровождения.

Организационный момент: создать условия для возникновения положительных эмоций и мотивации.

Ход занятия:

Дети сидят в группе на стульчиках. В группу заходят гости: (воспитатели, родители...)

Воспитатель: - Ребята, как много у нас сегодня гостей, давайте поздороваемся с ними. (дети здороваются)

Воспитатель: - а ведь вы не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья. Русская народная пословица говорит: "Здороваться не будешь-здоровья не получишь"

Воспитатель: - сегодня мы поговорим о полезных и не полезных для нашего здоровья продуктах, о витаминах. Узнаем какими витаминами богаты разные продукты и какую пользу они приносят нашему организму.

Раздаётся стук в дверь.

Воспитатель: - ребята, почтальон принёс нам письмо! то письмо прислали нам ребята из страны Болейкино, жи

тели этой страны постоянно болеют, потому что едят вредные не полезные для здоровья продукты, а названия полезных продуктов они не знают! Эти названия спрятаны в загадках, которые ребята не могут разгадать, просят нам им помочь. Поможем ребятам?

Ответы детей.

Воспитатель читает письмо с загадками и демонстрирует картинку-ответ после ответов детей

- Уродилась я на славу-голова бела, кудрява

Кто любит щи-меня в них ищи. (капуста)

- Под землёю птица гнездо свила, яиц нанесла. (картошка)

- Прежде чем его съели, все наплакаться успели. (лук)

- Он зелёный и пахучий, он хрустящий и колючий. (огурец)

- Сидит девица в темнице, а коса на улице. (морковь)

Воспитатель: как одним словом называются эти продукты?

Ответы детей

-Он с оранжевой кожей, что на солнышко похоже
А под кожей дольки, посчитаем сколько?
дольку каждому дадим, и по дольке все съедим. (апельсин)
-Хоть и очень кислый он, в чай положим мы... (лимон)
Золотые, наливные, на ветвях они весят
С аппетитом их едят. (яблоки)
Чуть изогнутый на вид, жёлтой кожурой покрыт.
Лакомство для обезьян, мы зовём его... (банан)
-Этот плод продолговатый. ВИТАМИНАМИ БОГАТЫЙ.
Его варят, его сушат - называется он... (ГРУШЕЙ)
-Воспитатель: - как одним словом называются эти продукты?
Ответы детей.

Воспитатель: - отправим письмо с ответами ребятам в страну "Болейкино"
Воспитатель: "ребята, перед вами лежат листочки с изображением фруктов и овощей. Соедините фрукты с нарисованной вазой, а овощи - с нарисованной корзинкой.
(дети выполняют)

Воспитатель: - молодцы, хорошо потрудились, надо и отдохнуть. (проводится физкультминутка)

Физкультминутка: глубоко-не мелко... корабли в тарелках (поднимают и опускают руки)

лука головка, красная морковка, петрушка, картошка и крупы немножко (загибают пальчики на руках)
вот кораблик плывёт (показ руками волн), заплывает прямо в рот. Ам! (дети садятся)
Воспитатель: - ребята, а все ли продукты, которые попадают нам в ротик, можно назвать полезными, как вы думаете? (ответы детей)

- как называются вещества, которые делают наши продукты полезными? (витамины - ответ детей)

У каждого витамина, как и у нас с вами, есть своё имя. (демонстрация больших цветных плакатов с изображением продуктов и входящих в их состав витаминов на доске)

Воспитатель: - послушаем стихи, которые знают наши ребята о витаминах.

1. Помни и истину простую - лучше видит только тот
Кто жуёт морковь сырую или сок морковный пьёт. (ребёнок в маске морковки)

2. Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку,

Чёрный хлеб полезен нам, и не только по утрам.

3. От простуды и ангины помогают апельсины

Ну а лучше съешь лимон, хоть и очень кислый он (ребёнок в маске лимона)

Все ребята вместе читают стих: Никогда не унываем и улыбка на лице,

Потому что принимаем витамины А, В, С!

Воспитатель: - а теперь поиграем в игру "Правильно, правильно, совершенно верно..."

Я читаю вам стихи о продуктах, если в них говорится о полезных продуктах, вы говорите: (правильно, правильно, совершенно верно), а если о вредных - просто молчите.

Вопросы: - ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок, и тогда ты точно будешь очень строен и высок. (ответы детей)

- Если хочешь стройным быть - надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис! (ответы)

- если хочешь быть здоровым - правильно питайся, ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся! (ответы)

Воспитатель: - теперь я уверена, что когда вы пойдёте с родителями в магазин, вы поможете им в выборе полезных продуктов! А теперь поиграем в магазин.

2 ребёнка подходят к импровизированному прилавку продуктового магазина с макетами продуктов и начинают складывать в пакеты продукты. После этого демонстрируют всем покупки и объясняют свой выбор. Вместе с ребятами называют витамины, которые есть в продуктах: (кальций в молоке, кефире, детском творожке, витамин А в морковном соке, морковке, С - в апельсиновом соке, лимонах и

т.д.)

Сюрпризный момент:

Поле игры раздаётся стук в дверь, заходит почтальон с посылочным ящиком в руках.

Воспитатель:-ребята, нам пришла посылка из страны Неболейкино. Ребята благодарят нас за ответы на загадки и прислали нам целый ящик полезных витаминных продуктов, что бы мы тоже не болели! Отдадим эти продукты на кухню нашим поварам и они нам приготовят из них полезные блюда!

Рефлексия:-ребята, о чём сегодня мы говорили в группе? Какие продукты называются полезными? Какие витамины вы запомнили? (ответы детей)

Воспитатель:-а теперь приглашаю всех ребят и наших гостей поводить весёлый хоровод под "Витаминную песенку!" (все ребята надевают маски фруктов и овощей и под музыку водят хоровод)

Материалы, использованные на занятии:

Маски овощей и фруктов:



Листочки с заданием: "Разложи овощи и фрукты"



Конверт с загадками:



Загадки:

Он с оранжевою кожей, что на солнышко похоже
А под кожей дольки, посчитаем-сколько?
Дольку каждому дадим и по долочке съедим(апельсин)

Для начинки пирога подойдёт нам курага,
А какой душистый плод, людям курагу даёт?(абрикос)

Хоть и очень кислый он, в чай положим мы лимон...

ped-kopilka.ru
Золотые, наливные, на ветвях они весят
С аппетитом их едят...(яблоки)

Чуть изогнутый на вид, жёлтой кожурой покрыт.
Лакомство для обезьян, мы зовём его-(Банан)

Этот плод продолговатый, витаминами богатый.
Его варят, его сушат-называется он...(груша)
На зелёной ножке круглые серёжки,

они едят как губки с косточкой посередине(вишня) это фрукт...

Макеты продуктов:

