**Конспект открытого занятия "Полезные и вредные продукты"**

**Цель**: ознакомление детей с полезными и вредными продуктами питания, витаминами, их значением для здоровья человека, обогащение словарного запаса детей новыми словами по теме.
**Образовательные:** уточнить представления детей о разнообразии продуктов, о названиях фруктов и овощей, их пользе для здоровья человека и входящих в их состав витаминах.
**Развивающие:** развивать связную речь, умение работать в группе и отвечать на поставленные вопросы, высказывать своё мнение.
**Воспитательные:** 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, принося нашему организму.
Раздаётся стук в дверь.
**Воспитатель:** - ребята, почтальон принёс нам письмо! то письмо прислали нам ребята из страны Болей кино, же
жители 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 оранжевою 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 "Болей кино"
**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 ротики, 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 говориться 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 Неболей кино. 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).