**Полезная еда.**

 **«МОЛОКО».**

**Задачи:** Формировать навыки здорового образа жизни. Продолжитьзнакомить детей сполезными продуктами, с молоком. О его необходимости в приеме детьми. Развитие речи, памяти, воображения, умение детей дружить. Закрепить знания о домашних животных нашей местности. Воспитывать любовь к животным.

**Интеграция образовательных областей:** физическая культура, безопасность, социализация, коммуникация, познание, здоровье.

**Материал:** Игрушка коровы, бумага зелено цвета, картинки двух мышат, 1 литр кипяченого молока, баночка варенья, блендер, стаканчики.

**Ход занятия:**

**Вос**. Здравствуйте ребята! Когда здороваешься, то даришь частичку своего здоровья. Тебе отвечают, дарят здоровье. Люди говорят : «Здороваться не будешь – здоровья не добудешь!».

Сегодня на встречу с вами я пришла не одна, а с медицинской сестрой нашего детского сада – с Ольгой Викторовной. Она расскажет вам много интересного о здоровье, о питании.

Мы продолжаем нашу тему «Полезное питание». На прошлой встрече говорили о полезных продуктах. Каких?

***Дети****: фрукты, овощи, ягоды.*

Назовите фрукты и овощи, которые растут в нашем поселке.

***Дет****и: (перечисляют.)*

Есть такая очень хорошая, детская песенка. Мы ее споем по ролям, я задаю вопрос, вы отвечаете.

(псенка «На лугу»).

Полезный продукт – МОЛОКО!

Молоко, молоко.

Это очень хорошо.

Белое, как снег,

Сладкое, как мед!

А кто его нам дает?

***Дети****: Его дают коровы.*

Коровки травку жуют, молоко добрым людям дают!

Молоко дает человеку силу, красоту, здоровье.

Из молока люди делают много вкусного. А что, узнаем из игры.

Я загадываю загадки, вы отгадываете молочные продукты.

1. Так называется деревня, где жил кот Матроскин, пес Шарик и мальчик Дядя Федор. (Простоквашино)
2. Его намазывают на хлеб. (масло)
3. Их собирают с молока, когда оно постоит ночь. (сливки)
4. Похож на кефир, но в него добавляют кусочки фруктов. (йогурт)

Молодцы, все назвали правильно. А какие еще молочные продукты мы не назвали?

***Дети****: Сметана, ряженка, творог, варенец.*

Раньше в старину, когда барин набирал парней на работу, то проверял их. Он предлагал им выпить молока. Если молодец выпивал много молока, значит его брали в работники, если не пил или плохо пил, не брали. Только здоровый человек любит молоко, а значит не болеет.

Богатырь молодой,

Парень бравый, удалой!

У тебя изъянов нет –

Расскажи нам, в чем секрет.

С детства пью я молоко,

В нем и сила и тепло!

Ведь оно волшебное,

Доброе, полезное!

С ним расту я по часам

И совет хороший дам!

Вместо пепси, лимонада

Молоко пить чаще надо!

Молоко всем помогает

Зубы, десны укрепляет.

Чувствуешь себя легко

Если пьешь ты молоко!

Предлагаю отдохнуть.

ФИЗМИНУТКА.

1. «Растишка», упражнение на растяжку мышц спины, рук, ног, позвоночника.
2. «Накорми Буренку». (2 команды, в руках «трава» из бумаги. Добежать до игрушки коровы и положить травку в стожок перед коровой.)
3. Упражнение на восстановление дыхания.

**Вос**. Чтоб здоровым быть всегда

 Начинай день с молока.

А чем молоко так полезно? Расскажите нам о полезности молока, Ольга Викторовна!

(Рассказ о двух мышатах. Одного кормили хлебом, мясом и молоком. Другого хлебом и мясом, но без молока. Второй мышонок стал больным. В молоке много витаминов, белков, углеводов. Делает вывод о полезности, о необходимости принятия молока и молочных продуктов человеком, особенно ребенком, ведь ребенок растет.)

Мы с вами знаем, что многие дети не пьют молоко, но может быть они полюбят молочный коктейль?

Вот его мы сейчас и приготовим.

**Приготовление коктейля.**

Дети пробуют.

Вам понравилось? О каком полезном продукте мы сегодня говорили? Чем полезно молоко? Что нового вы узнали о молоке? Каких домашних животных, которые живут в поселке, вы знаете?

Всем большое спасибо, и спасибо Ольге Николаевне.

 **Образовательная область «Здоровье».**

 **«МОЛОКО – ПОЛЕЗНЫЙ ПРОДУКТ».**

 (конспект игровой деятельности для детей

 подготовительной группы)

 Воспитатель по

 оздоровительной работе

 МАДОУ Детский сад №7

 пгт. Серышево

 2012 год.