Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 15 комбинированного вида

Красносельского района г. Санкт-Петербурга

Конспект

непосредственно образовательной деятельности

с детьми средней группы

Тема: «Путешествие в Солнечный город»

Технология: «Здоровьесберегающая».

Составила и провела

Воспитатель

Сковикова Любовь Сергеевна

Дата проведения

25.10.2014

Санкт-Петербург 2014

Цель:

Рассказать детям о продуктах питания и их значении для человека, познакомить с понятием «правильное» или «здоровое питание».

Задачи:

Формировать у детей представление о необходимости заботы о своем здоровье, о важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья. Закрепить у детей знания и представления о продуктах питания, их влиянии на организм человека. Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. Развивать любознательность.

Предварительная работа: Рассматривание овощей, фруктов, апробирование их. Д/И «Угадай на вкус». П/И «Съедобное – несъедобное».

Оборудование:

Конверт с письмом, вывеска «Магазин полезных продуктов», «продукты» в магазине (картинки или муляжи): морковь, чипсы, жевательная резинка, сухарики, лимонад, яблоко, молоко, сыр, хлеб, рыба). Карточки-символы: «Полезно для глаз», «Полезно для зубов», «Полезно для роста»; карточки с изображением продуктов: морковь, горох, помидоры, лук, зелень, тыква, абрикос, черника, творог, яблоки, капуста, огурец, сыр, зелень, лук, морковь, крупы, черный хлеб, сырые овощи, фрукты; продукты для салата.

Интеграция образовательных областей:

Развитие речи, познание, физическое развитие.

Ход:

Воспитатель: Сегодня утром в нашу группу почтальон принёс письмо. Я решила не открывать её одна, а сделать это вместе с вами. Давайте откроем. Письмо: «Пишут нам жители Солнечного города. У нас жители были здоровыми, потому что употребляли в пищу только полезные продукты и соблюдали все правила гигиены. Но недавно Незнайка привез в наш город вредные продукты. Здоровье жителей страны стало ухудшаться. И сейчас мы обращаемся к вам за помощью, чтобы мы исправили проделки Незнайки и рассказали жителям города, какие продукты мы должны употреблять в пищу, чтобы расти здоровыми.

Воспитатель: Ребята, давайте поможем. Скажите, человек может прожить без еды?

Какое-то время может, но совсем немножко. Чтобы человек хорошо рос, развивался, ему необходимо каждый день питаться. А чем питается человек?

Воспитатель: А животные питаются?

Воспитатель: Правильно, ребята! Питаются люди, животные, птицы, насекомые. Любому организму от самого маленького до взрослого – требуется питание. Как только питание перестает своевременно поступать на завтрак, обед и ужин, наш организм слабеет. Почему же так происходит? Да потому что в продуктах содержатся питательные вещества, которые помогают нашему организму, расти и развиваться. Ребята, а какие питательные вещества содержатся в продуктах?

Воспитатель: В продуктах содержится много разных витаминов. Ребята, как вы думаете, что будет, если есть одни сладости.

Воспитатель: Правильно, ребята. Для того чтобы вы росли крепкими и здоровыми малышами, вам необходимо употреблять разнообразную пищу, а не только сладкое и вкусненькое. Это называется «правильным», или «здоровым питанием».

Игровое задание «Полезные и вредные продукты».

Воспитатель: В Солнечном городе есть магазин полезных продуктов. Но после того как магазин посетил Незнайка, в нём появились и вредные продукты. Давайте уберём с полок магазина вредные продукты в корзину и объясним продавцу магазина, почему мы так сделали.

Детям демонстрируется большая картинка с изображением вывески «Магазина полезных продуктов». Дети по очереди берут продукты или карточки, рассматривают их, называют продукт и делают выбор, комментируя свои действия.

Дети: «Это — морковь. Морковь — овощ, в ней много витаминов. Морковь — полезный продукт и может продаваться в этом магазине». «Это — чипсы, они очень вредные для организма человека. Я убираю их с полки». Это - жевательная резинка. Её можно жевать только после еды и совсем чуть-чуть. Я убираю её с полки». «Сухарики – вредный продукт. Я убираю их с полки». «Лимонад – вредный продукт. Я убираю его с полки». «Яблоко – это фрукт, в нём много витаминов. Оно может продаваться в этом магазине».

Аналогичное объяснение для продуктов: молоко, сыр, хлеб, рыба.

Воспитатель: В стране есть столовая, в которой работает Пончик.

Пончик прислал вам рецепт вкусного салата. (Физминутка).

«Дайте повару продукты —

Те, что нужно для салата —

И тогда без труда

Будет вкусная, здоровая еда».

Игровое задание «Разложи продукты»

Перед детьми: карточки-символы

• «Полезно для глаз (зрения)»;

• «Полезно для зубов»;

• «Полезно для роста»

Карточки с изображением продуктов

Полезно для глаз (зрения):

морковь, горох, помидоры, лук, зелень, тыква, абрикос, черника, творог.

Полезно для зубов:

яблоки, капуста, огурец, сыр.

Полезно для роста:

зелень, лук, морковь, крупы, черный хлеб, сырые овощи, фрукты.

В процессе игры педагог обращает внимание детей на то, что разделение продуктов на группы по степени полезных свойств на организм человека очень условно!

Жители солнечного города за то, что вы помогли исправить все проделки Незнайки. Ждут с Вами встречи на страницах книг Н. Носова.