**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**«ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ ОВОЩИ И ФРУКТЫ».**

**Задачи.**

Дать элементарные представления детям о пользе овощей и фруктов в питании, о том, как их использовать в пищу.

Расширять знания детей об овощах и фруктах, закреплять умение различать и называть овощи и фрукты.

Продолжать формировать навыки диалогической речи и умение отвечать на вопросы.

Воспитывать у детей культуру еды.

 Приучать детей заботиться о своем здоровье.

***Словарная работа:*** овощи, фрукты, варенье, овощной, фруктовый.

***Оборудование:*** фрукты (яблоко, груша, апельсин), овощи (морковь, капуста, лук) две корзинки, миски, нож, тёрка, ложка, разделочная доска, вода, полотенце, зубочистки, соль, растительное масло, кукла.

***Связь с другими видами деятельности:***

* Решение игровых ситуаций по теме: «Что будет если…».
* Рисование «Яблоки», «Овощи в ящиках».
* Лепка «Яблоки для ежика».
* Познавательное занятие «Сварим суп из овощей»
* Дидактические игры: «Что где растет?», «Лото-Природа», «Что из чего?».

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

- Встаньте на дорожку,

Подровняйте ножки.

А теперь покажите дерево (дети поднимают руки вверх), кустик (опускают руки), травку (приседают, касаясь руками пола).

-Хорошо садитесь на стульчики (Дети рассаживаются на стульчики, расставленные в шахматном порядке, воспитатель в это время говорит)

-Кто-то в нашу дверь стучится,

А войти сюда боится.

Я пойду, погляжу,

А потом, вам расскажу.

(возвращается с куклой и двумя корзинками)

- К нам пришла наша подружка - Танюшка, только она сегодня, почему то грустная. Танюша, что случилось?

- Мне бабушка прислала подарки и просила угостить ими друзей. Только я не знаю, что это и что с этим делать. Может, вы, мне поможете?

-Мы попробуем, правда, ребята,

-Давай, посмотрим, что у тебя за подарки (берет одну корзинку, вынимает из неё фрукты)

- Что это? (фрукты)

- А что это? (яблоко)

- Как его можно съесть сырым или варёным? (можно есть сырым, а можно сварить из него компот, варенье или джем) Как будет называться компот из яблок? А варенье? А джем? (Яблочный)

А это, что? (апельсин)

-Как его можно есть?

-Апельсины очень полезны особенно вовремя болезни, послушайте стихотворение, а потом повторим его все вмести.

ОТ ПРОСТУДЫ И АНГИНЫ

ПОМОГАЮТ АПЕЛЬСИНЫ.

Также рассматривают грушу.

-Танюша, ты запомнила это фрукты.

Аналогично проводится работа с овощами (капуста, морковь, лук).

-Давайте немного поиграем

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА «САЖАЕМ ОГОРОД»

-Все овощи и фрукты очень полезны, но можно ли их есть сразу, как только сорвали или купили?

-Овощи и фрукты обязательно надо очень хорошо вымыть, а некоторые даже и очистить перед едой.

-Танюша, давай мы научим тебя готовить фруктово-овощной салат и шашлычок, а ты угостишь этим своих друзей.

- Вначале надо чисто-чисто вымыть все фрукты и овощи. Морковь и лук очистить. Я возьму вымытые и очищенные. Вымою руки и начну готовить салат.

Покрошу капусту, немного посолю её и помну, чтобы она стала мягче и сочнее. Нарежу лук.

Потру яблоко, морковь и грушу (измельчённые овощи и фрукты складываются в миску)

Теперь выжимаем сок из апельсина, добавим немного мосла и салат готов.

-Просто, вкусно и полезно.

-Спасибо, моим друзьям понравится. А шашлычок?

-Это совсем просто режем вымытые яблоки и груши кубиками, одеваем их на шпажки- зубочистки и шашлычок готов (воспитатель показывает действия)

-Спасибо вам, что научили меня готовить такие вкусные и полезные угощения. Я пойду угощать друзей, вам оставлю яблоки, вы поле занятия тоже будете угощаться. До свидания ребята.

-Фрукты и овощи надо есть каждый день, но переедать их нельзя, иначе от них может заболеть живот.

 - Еда, которую мы едим должна быть разнообразной, вкусной и полезной тогда вы будете расти сильными и здоровыми.