ДОШКОЛЬНОЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 4 «СКАЗКА»

МЕТОДИЧЕСКИЙ КАБИНЕТ

Конспект открытого занятия

Тема: **«Чтоб здоровыми расти полезную пищу надо есть»**

(первая средняя группа)

Воспитатель: Альчикова А.В.

Время проведения: февраль

Алушта, 2014

**Тема: « Чтоб здоровыми расти, полезную пищу надо есть».**

**Цель:** расширять знания о полезных и вредных для здоровья продуктов питания; обогащать практический опыт, привлекать к участию в опытно - исследовательской деятельности; развивать умение анализировать, обобщать, выдвигать предположения, обосновывать свои предположения; закреплять умение находить заданный звук в словах, счетные навыки; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Ход занятия:**

1. ***Игровой момент***. В гости приходит Буратино.

Буратино: Здравствуйте, ребята. Я только что из магазина и принес вам много вкусненького. Вот они.

- Дети, а что можно сказать об этих продуктах? Полезные или вредные для нашего здоровья?

Буратино: Полезные и вкусные, я это точно знаю.

- Я предлагаю вам узнать, проведя опыты и разложим продукты по корзинкам: вредные для здоровья – в красную, а полезные в зеленую.

Для проведения опытов нам необходимо разделиться на команды по шесть человек.

Что это в корзинке?

1. ***Опыт со сладкой газированной водой.***

На каждом столе стоит пустой пластиковый стаканчик, на дне которого немного ваты. Ёмкость со сладкой газированной водой. Проливаем воду через ватный фильтр.

- Что мы видим? (фильтр стал такого же цвета, как и вода). Как вы думаете, почему это случилось?. Химический краситель, который добавляют в воду, покрасил вату. Такой краситель может вызвать боль в желудке, аллергию. Кроме красителя в воду добавляют кислоту, ароматизаторы, которые приносят вред нашему здоровью. Эти опасные вещества мы не можем увидеть, но чувствуем на вкус.

- В какую корзинку положим сладкую газированную воду? Почему? Буратино, теперь ты понял, что нельзя пить такую воду.

Буратино: Теперь понятно мне все, я буду пить воду, газированную без красителя и сладких ароматизаторов.

- Теперь проверим и ее.

***3. Опыт с газированной водой.***

Нальем немного воды в стакан, помешаем ложечкой. Что вы видете? Как вы думаете, что это? Это углекислый газ. Он опасный для здоровья, плохо влияет на работу внутренних органов. В какую корзинку мы положим воду?

Почему? Теперь ты понял, что нельзя пить эти напитки?

Буратино: Да, но что же мне теперь пить?

- Компот, чай, сок, молоко, кефир, йогурт.

***4. Дидактическая игра. «Узнай на вкус».***

Определите на вкус напитки.

Буратино: Хорошо, хорошо буду пить чай, соки, молоко.

Но вкусные чипсы то можно.

Давайте проверим.

***5. Опыт с чипсами.***

На столах – тарелки с чипсами, стаканчик с водой, салфетки.

А) Салфетку приложить к чипсам. На салфетке останутся масляные пятна. Делаем вывод; чипсы обжаренные, жирные. При обжаривании частички еды сгорают и создают вещества, которые вредные для нашего организма.

Б) В стакан с вводов опустить несколько чипсов, перемешивают ложечкой. Вода стала грязной от красителей. Делаем вывод: чипсы содержат неприродные приправы, красители, которые вредят нашему здоровью.

- Можно ли употреблять чипсы? В какую корзинку мы их положим?

Буратино: А у меня есть еще сухарики. Вы любите сухарики? Чем они вам нравятся? Давайте узнаем они полезные или вредные.

***6. Опыт с сухариками***

Рассмотри сухарики, которые принес Буратино. Какого они цвета? Из чегоделают сухарики? А хлеб может быть красного цвета? Значит они тоже обработанные красителем и обжаренные в масле. Проводим опыт как и с чипсами. Понюхаем их. Что чувствуем? Почему? В какую корзинку мы их положим? Почему?

Но есть и другие сухарики, которые дают в детском саду с гороховым супом. Сравните их с сухариками, которые принес Буратино. Как видите они другого цвета, так как не обработанные красителями, не имеют резкого запаха, в них не добавляют красителей и ароматизаторы. Не оставляют жирных пятен, так как их не жарят, а сушат из хорошего хлеба. В таких сухариках содержаться необходимые, полезные для организма вещества. В какую корзинку мы их положим? Почему?

Буратино: Ох устал, я давайте отдохнем.

***7. Физкультминутка.***

Буратино6 А что же мне теперь есть?

- Овощи и фрукты. Ребята, давайте назовем их.

- Какие вы знаете овощи? А какие фрукты?

***8. Дидактическая игра « Приятного аппетита».***

Необходимо разложить овощи и фрукты но корзинкам. Какая буква изображена на корзинке? Какие звуки она отображает? Например, Перец – это овощ, который мы положим в корзинку с буквой Р, так как в слове звук (р).

Буратино: Как много вы назвали овощей и фруктов. Назовите сколько.

***9. Дидактическая игра «Посчитай »***

Сколько всего продуктов? Покажите цифрой.

Сколько мы назвали овощей? Покажите цифрой. Сколько мы назвали фруктов? Покажите цифрой. Чего больше? На сколько? А что нужно Сделать, чтоб их стало поровну, столько же.

Буратино: Ой, ой, ой у меня заболел живот. Не знаю почему? Что мне делать?

Ты много ел вредных для организма продуктов и у тебя разболелся живот. Чем можно вылечить Буратино.

А какие лекарственные растения вы знаете? От чего они лечат? Какое лекарственное растение вылечит живот Буратино? А теперь давайте скорее заварим чай Буратино.

***!0. Опыт « Завариваем чай».***

Как необходимо заваривать чай? Какая вода нам понадобится? Как определить чистая вода или нет? Что нам поможет определить, не дотрагиваясь, кипяток?

Ромашка – лекарственное растение, отвар из нее снимает боль в животе. В чашку насыпаем Цветы ромашки, заливаем кипятком – и через несколько минут напиток будет готовый. Что еще можно добавить в чай? ( мед, сахар)

На, Буратино, пей маленькими глоточками и выздоравливай. А мы с ребятами подарим тебе корзинку с полезными продуктами и надеемся, что ты больше не будешь есть вредные продукты.

***11. Итог занятия.***

Назовите продукта, которые могут принести вред нашему здоровью?

Назовите продукты, которые полезные и необходимые нашему организму?

А если мы заболеем, что нам поможет? Назовите лекарственные растения и от чего они лечат.