Конспект НОД

в старшей группе

МДОУ д\сад с.Тюбук

Восп. Денисова Т.А.

**Вид:** Познавательное развитие (кругозор)

**Тема:** «Здоровая пища-основа здоровья»

**Программное содержание:**

*Познавательное развитие:* Приобщать детей  к здоровому образу  жизни,

подвести к пониманию того, что правильное питание – необходимое условие для здоровья человека.

*Социально-коммуникативное развитие:* Учить осознанно относиться к своему питанию, отличать полезные для здоровья продукты от вредных, способствовать диалогическому взаимодействию. Развивать умение   рассказывать о пользе и вреде продуктов. Побуждать детей включаться в совместную с взрослым игровую деятельность.

*Речевое развитие:* Закрепить умения называть и различать названия круп и каш. Закрепить умение соотносить существительное с прилагательными

**Материалы:** пиктограммы, дерево с листьями- продуктами, рисунок с полезными и вредными продуктами,корзина,кусочки сырых овощей и фруктов на шпажках, коробка с отверстием, мешочки с крупой,маски продуктов для каши.

**Предшествующая работа:** беседа «Береги свое здоровье»,  рассматривание плаката «Полезные продукты», беседа о крупах, их рассматривание.

**Ход занятия:**

-Здравствуйте!

Воспитатель: А знаете ребята, мы ведь не просто поздоровались, мы сказали, здравствуйте, это значит, что мы пожелали здоровья друг - другу и всем присутствующим.

-Здравствуйте! – вы сказали человеку.

-Здравствуйте! – улыбнется он в ответ.

И, наверное, не пойдет в аптеку,

А здоровым будет много лет.

– Что такое здоровье? /Здоровье – это когда не болеешь, хорошо себя чувствуешь/.

– Как определить, здоров человек или нет?

/ Здоровый человек бодрый, веселый. У него гладкая кожа, хорошие зубы, блестящие волосы,  здоровое сердце, подвижные суставы,  хорошее настроение/.

–А у вас какое сегодня настроение? Покажите. /Дети выбирают одну из трёх карточек – пиктограмм: весёлую, грустную или равнодушную, размещают на «табличке настроения»/.

–Что необходимо для хорошего настроения? /Нужно вовремя просыпаться, умываться, обязательно чистить зубы, делать утреннюю гимнастику, улыбаться  и очень важно правильно питаться/.

***Задание  «Волшебное дерево»***

– Что значит правильно питаться? /Есть не только вкусную пищу, но и полезную/. – Какие полезные продукты вы знаете? /Хлеб, молоко, мясо, овощи, фрукты и др./

Воспитатель сообщает детям, что у нее приготовлено для них  «Волшебное дерево». – Что у дерева  необычное? /Вместо листьев на нем продукты/.

– На этом дереве разные продукты – полезные и вредные для организма. Можете их разделить? Как лучше это сделать? /предложения детей/.

Воспитатель раздает детям листы с творческим заданием «Волшебное дерево». Дети обводят полезные продукты в круг, вредные – зачеркивают.

 Рассказывают,  почему так выполнили задание.

***Сюрприз «Корзина-загадка»***

С закрытыми глазами ребята определяют на вкус предложенные

воспитателем овощи и фрукты и называют их.

- Дети, скажите, что вы едите утром на завтрак? (ответы детей) .

- Почему полезно кушать кашу на завтрак? (ответы детей)

- Как вы думаете, почему о некоторых людях говорят: «Он каши мало ел? » (ответы детей)

- Да, вы правы, это говорят о слабых и хилых людях, которые не едят каши. С утра у людей много работы и разной заботы. Вы тоже вот сейчас пришли в садик, занимаетесь, потом пойдёте гулять, играть. Многие из вас любят бегать. На всё это нужно много сил и энергии, а в каше очень много витаминов и полезных веществ.

Кашу на Руси стали есть очень давно. Это блюдо считается Русской едой.

Каша - означает кушанье из крупы, сваренная на воде или молоке.

***Игра « Угадай крупу»***

- А из какой крупы варят кашу? (ответы детей)

Нужно доставать из коробки мешочек с крупой и сказать название этой крупы.

***Игра «Скажи правильно»***

Я называю крупу, а вы говорите, как называется каша, приготовленная из этой крупы:

Каша из риса - рисовая каша;

Каша из гороха - гороховая каша;

Каша из кукурузы - кукурузная каша;

Каша из гречки - гречневая каша;

Каша из овса - овсяная каша ;

Каша из пшена - пшенная каша;

Каша из манки - манная каша ;

Каша из перловки - перловая каша;

Каша из ячменя - ячневая каша.

***Игра «Горшочек каши»***

Сейчас я предлагаю поиграть в игру «Горшочек каши»

Дети встают в круг, одевают маски нужных продуктов, а остальные ребята образуют горшок.

- Как только услышите название своего продукта, выходите в круг.

Раз, два, три,

Кашу нашу горшок вари!

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Наливаем молоко.

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Сыплем соль.

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Сыпем сахар.

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Насыпаем крупу.

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Все продукты поместили.

Каша варится: «Пых - пых! »

- Для друзей и для родных.

А теперь все друг за другом

Размешаем кашу кругом!

И попробуем - ка нашу

Вместе сваренную кашу!

Её вместе поедим,

Всех - всех кашей угостим.

Ведь варилась — то: «Пых — пых! »

Для друзей и для родных».

Молодцы, детишки, девчонки и мальчишки, показали, как кашу варить!

Помощник воспитателя заносит вкусную, ароматную кашу «Дружба», дети сервируют стол и садятся кушать.