Конспект занятия по образовательной области «Ребёнок и общество»

на тему«Полезные и вредные продукты»

для детей средней группы

**Программные задачи**:

Формировать у детей представления о полезных и вредных продуктах питания, витаминах, их значение для здоровья человека, обогащать словарный запас детей новыми словами по теме.

Развивать связную речь, умение работать в группе и отвечать на поставленные вопросы, высказывать своё мнение.

Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Материал и оборудование:** письмо с загадками, картинки-ответы, листочки с изображением фруктов и овощей, стаканчики, картонные воронки, ватные тампоны, чипсы, сладкие газированные напитки, салфетки.

**Предварительная работа**: Рассматривание изображений продуктов питания; беседа на тему «Какая еда полезна»; викторина «Загадай загадку и продукты отгадай», опыты с различными газированными напитками и чипсами; изучение пословиц о здоровье, чтение рассказов о еде, заучивание стихов.

**Методы и приемы:** беседа, дидактическая игра «Правильно, правильно, совершенно верно...», проведение опытов, сюрпризный момент, загадывание загадок, вопросы.

**Ход занятия:**

*Дети сидят в группе на стульчиках. В группу заходят гости:(родители...).***Воспитатель:** Дети, как много у нас сегодня гостей, давайте поздороваемся с ними.  
**Воспитатель:** А ведь вы не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья. Русская народная пословица говорит: "Здороваться не будешь - здоровья не получишь".  
**Воспитатель:** Сегодня мы поговорим о полезных и не полезных для нашего здоровья продуктах, о витаминах. Узнаем, какими витаминами богаты разные продукты и какую пользу они принося нашему организму.  
*Раздаётся стук в дверь.***Воспитатель:** Ребята, почтальон принёс нам письмо! Это письмо прислали нам ребята из страны "Заболейкино". Жители этой страны постоянно болеют, потому что едят вредные для здоровья продукты, а названия полезных продуктов они не знают! Эти названия спрятаны в загадках, которые ребята не могут разгадать, просят нам им помочь. Поможем ребятам?  
*Ответы детей.*Воспитатель читает письмо с загадками и демонстрирует картинку-ответ после ответов детей.  
-Уродилась я на славу - голова бела, кудрява  
Кто любит щи - меня в них ищи. (Капуста)  
-Под землёю птица гнездо свила, яиц нанесла. (Картошка)  
-Прежде чем его съели, все наплакаться успели. (Лук)  
-Он зелёный и пахучий, он хрустящий и колючий. (Огурец)  
-Сидит девица в темнице, а коса на улице.(Морковь)  
**Воспитатель:**Как одним словом называются эти продукты?  
*Ответы детей.*  
-Он с оранжевою кожей, что на солнышко похоже  
А под кожей дольки, посчитаем сколько?  
дольку каждому дадим, и по дольке все съедим.(Апельсин)  
-Хоть и очень кислый он, в чай положим мы...(Лимон)  
- Золотые, наливные, на ветвях они весят  
С аппетитом их едят.(Яблоки)  
- Чуть изогнутый на вид, жёлтой кожурой покрыт.  
Лакомство для обезьян, мы зовём его...(Банан)  
-Этот плод продолговатый, витаминами богадый.  
Его варят, его сушат - называется он...(Грушей)  
**Воспитатель:**Как одним словом называются эти продукты?  
*Ответы детей.*  
**Воспитатель:**Отправим письмо с ответами ребятам в страну "Заболейкино".  
**Воспитатель:** Ребята, перед вами лежат листочки с изображением фруктов и овощей. Соедините фрукты с нарисованной вазой, а овощи - с нарисованной корзинкой.   
**Воспитатель:** Молодцы, хорошо потрудились, надо и отдохнуть.  
**Физкультминутка:**

Глубоко - не мелко...

корабли в тарелках(поднимают и опускают руки)  
лука головка, красная морковка,

петрушка, картошка и крупы немножко(загибают пальчики на руках)  
Вот кораблик плывёт, (показ руками волн)

заплывает прямо в рот. Ам! (дети садятся)  
**Воспитатель:** Ребята, а все ли продукты, которые попадают нам в ротики, можно назвать полезными, как вы думаете?  
**Воспитатель:** Как называются вещества, которые делают наши продукты полезными?*(витамины - ответ детей)*  
У каждого витамина, как и у нас с вами, есть своё имя.

**Воспитатель:** Послушаем стихи, которые знают наши ребята о витаминах.  
1.Помни истину простую –лучше видит только тот,  
Кто жуёт морковь сырую или сок морковный пьёт.

2.Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку,  
Чёрный хлеб полезен нам, и не только по утрам.  
3.От простуды и ангины помогают апельсины.  
 4. Ну а лучше съешь лимон, хоть и очень кислый он.

Все ребята вместе читают стих:

Никогда не унываем и улыбка на лице,  
Потому что принимаем витаминыА, В, С!  
**Воспитатель:** А теперь поиграем в игру "Правильно, правильно, совершенно верно..." Я читаю вам стихи о продуктах, если в них говориться о полезных продуктах, вы говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно»,а если о вредных - просто молчите.

- Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок, и тогда ты точно будешь очень строен и высок.  
-Если хочешь стройным быть - надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис!  
-Если хочешь быть здоровым - правильно питайся, ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся!  
**Сюрпризный момент:**  
Поле игры раздаётся стук в дверь, заходит почтальон с посылочным ящиком в руках.  
**Воспитатель:** Ребята, нам пришла посылка из страны "Заболейкино". Наши друзья благодарят нас за ответы на загадки и прислали нам целый ящик полезных витаминных продуктов, чтобы мы тоже не болели! Отдадим эти продукты на кухню нашим поварам, и они нам приготовят из них полезные блюда!

**Воспитатель:**А мы с вами проведем интересные опыты.

**Опыт со сладкими газированными напитками.**

- В одном стаканчике у вас налит газированный напиток, во второй стаканчик положите картонную воронку с ватным тампоном и перелейте сюда напиток.

Какого цвета стал ватный тампон?(зеленого, желтого, красного). Да, эти напитки покрасили разными красками, а это вредно для здоровья, может заболеть живот, голова, печень, портятся зубки.

**Опыт с чипсами.**

- А теперь давайте внимательно рассмотрим чипсы. Они жирные, жареные, посыпанные различными приправами. Возьмите салфетку и прижмите ее к чипсам, что осталось на салфетке(жирные пятна). Возьмите стаканчик с водой и положите туда чипсы, размешайте ложечкой. Вода стала грязной, жирной. Как вы считаете можно кушать чипсы, почему?

*Ответы детей.*  
**Воспитатель:**Дети, вы были внимательные, дружные, справились со всеми заданиями.

Дети, о чём сегодня мы говорили в группе? Что вам понравилось на занятии? Какие продукты называются полезными? Какие витамины вы запомнили?

*(Ответы детей).*  
**Воспитатель:**А теперь приглашаю всех ребят и наших гостей поводить весёлый хоровод под "Витаминную песенку».

Список использованной литературы:

1. Учебная программа дошкольного образования/Министерство образования Республики Беларусь.— Минск: Нац. ин­т образования, 2012.—416с.