МКОУ "Новокаякентская начальная школа-детский сад№1»

**Конспект открытого занятия по познавательному развитию в старшей группе «Еда без вреда»**



Воспитатель первой

 квалификационной категории  Исламова М.М.

*Цель:* создание условий для формирования у старших дошкольников представлений о пользе и вреде продуктов питания.

*Задачи:*

*Образовательные задачи.*

* Закрепить знания детей о вредном влиянии определенных продуктов на организм человека.
* Активизировать познавательную деятельность воспитанников в процессе опытно-экспериментальной деятельности.
* Учить детей делать выводы, понимать причинно-следственные связи.

*Развивающие задачи.*

* Развивать умение устанавливать взаимосвязь продуктов питания и здоровья человека.

*Воспитательные задачи:*

* воспитывать осознанное отношение к выбору продуктов питания;
* воспитывать умение работать в группе.

*Методы и приемы:* игра, вопросы, познавательно-исследовательские опыты, введение игрового персонажа.

***Ход занятия:***

*1. Организационный момент Колокольчик озорной, ты ребят в кружок построй. Собрались ребята в круг, Слева друг и справа друг. Вместе за руки возьмемся и друг другу улыбнемся*

Скажем: «здравствуй» мы друг друг



Мы говорим друг другу «здравствуй», а это значит, что желаем друг другу здоровья. А чтобы быть здоровыми, что нужно делать? (Ответы детей)

Воспитатель: Нужно правильно питаться, кушать только полезные продукты.

Вот мы с вами сегодня поговорим и выясним, какие продукты полезные, а какие вредные.

2. Основная часть

Ребята к нам сегодня на занятие придет очень интересный гость, а кто отгадайте загадку

Не учил стихотворенья, Обожал одно варенье, Мог лететь он выше крыш, И его любил малыш. (Карлсон)

(Появляется Карлсон)



Карлсон: Здравствуйте, ребята! ( Грустно)

Воспитатель: Здравствуй, Карлсон! Что случилось? Ты всегда такой веселый. Ты не заболел?

Карлсон: Я был на дне рождения своего друга Малыша.  
Воспитатель: И чем же угощал тебя именинник?

 Карлсон:  Я съел целую вазу конфет, огромный пирог, и полбанки клубничного варенья и много выпил газированной сладкой воды. И теперь у меня болит живот.

Воспитатель: Карлсон, ты разве не знаешь, что много сладкого кушать вредно? А ты еще и сладкой газировки выпил.Ой-ой-ой.

Карлсон: Но я же очень люблю сладкое, я ем его каждый день.

Карлсон: Ребята, а вы что любите кушать?

Проводится игра «Волшебный мяч»,



где дети поочерёдно передавая мяч, рассказывают о своих пищевых пристрастиях.  
Воспитатель: да, Карлсон оказывается большинство наших детей, как и ты сладкоежки.  
-А вы знаете о том, что не все продукты полезны?  
Есть много вкусных продуктов, но очень вредных для нашего организма.  
Но есть большое количество и полезных продуктов.

Воспитатель. Ребята, какие же продукты полезные? Что нужно кушать каждый день чтобы быть здоровыми?

(Ответы детей) (ответы детей: содержат в себе витамины, не вредят организму, от них не болит желудок)

 А что мы можем сказать про вредные продукты: сладости, газированные напитки, чипсы, кириешки*? (Ответы детей: если их много есть, у человека будет болеть желудок, человек или ребенок может поправиться, стать очень толстым.*)

Воспитатель: А сейчас поиграем с вами в игру «Выбери полезный и не полезный продукт»  Играть мы будем группами., одна команда будет выбирать только полезные продукты, а другая не полезные продукты, которые совсем нельзя кушать или можно кушать, но не каждый день.



Проверяем все вместе как дети справились с заданиями.

Воспитатель: Ну что, ребята, давайте с вами расскажем Карлсону и покажем, почему еда, которую он очень любит вредная для нашего организма.

*Опытно-экспериментальная деятельность детей*

Дети совместно с воспитателем проводят серию опытов.

*Опыт 1. «Спрайт и конфеты ммденс»*

Высыпаем конфеты в стакан и заливаем спрайтом через некоторое время смотрим реакцию



Вывод: Нельзя есть конфеты и запивать газированной водой это вредят детскому организму.

*Опыт 2. «Смешаем ментос и кока-колу»*

Дети в стакан кладут конфеты «ментос» и заливают кока-колой, размешивают ложечкой



Вывод: если «ментос» поели, выпили кока-колу, то внутри в желудке будет происходить смешение. Если много выпить этого напитка, то желудок не может справиться с ним. Желудок болезненно переносит напиток и страдает.

*Опыт 3. « Спрайт и изюм»*

Наливаем в стакан спрайта и кладем туда несколько изюминок. Изюминки сначала тонут, а потом начинают всплывать и снова тонуть.



Вывод: В газированной воде очень много газов, что вредит детскому организму.

Воспитатель: Вот по этому у Карлсона и заболел живот. Нельзя кушать много сладкого и запивать газированной водой. Ребята, Карлсон мне сейчас сказал на ушко, что он все понял и будет стараться не кушать много сладостей, пить газированную воду, а будет кушать только полезные продукты.

Физминут Компот из фруктов. Вместе сварим мы компот (Дети шагают на месте). Много нужно фруктов. Вот (руками показывают «много»)

Яблоки мы измельчим. (Имитируют постукивающие движения ножом). Грушку резать, резать поспешим (показывают, как будто режут ножом). И добавим клюквы сок. (показывают, как наливают что-то) Сыпем сахарный песок (показывают, как берут щепотку сахара и высыпают его в компот) Вкусный сварим мы компот (имитируют помешивание в кастрюле) Угостим чесной народ! (подпрыгивают на месте и хлопают в ладоши.



Проводится игра . А давайте с вами поиграем в игру если я буду говорить про **полезную еду**, вы это подтверждайте и отвечайте на вопрос *«Да»*, если про **неполезную — отвечайте***«Нет»*.

• Каша - вкусная еда, это нам **полезно**?

-Лук зеленый есть всегда, вам **полезно**, дети?

-В луже грязная вода, пить ее **полезно**?

• Борщ - отличная еда, борщ - **полезна детям**? (нет). Мухомор-это ядовитый гриб.

• Мухоморный суп всегда, есть **полезно детям**?

-Фрукты - просто красота! это нам **полезно**?

• Грязных ягод иногда, съесть **полезно**, детки?

-Овощей растет гряда, овощи **полезны**?

-Сок, компот на обед, пить **полезно детям**?

-Съесть мешок большой конфет - это **вредно**, дети?

Воспитатель: Лишь **полезная еда**, на столе у нас всегда!

А раз **полезная** еда - Будем мы здоровы? Дети *(хором)*: Да!

Воспитатель: А сейчас ребята я предлагаю вам самим приготовить полезное блюдо, это салат из фруктов. А Карлсон посмотрит и поучится у нас.

Сейчас мы все станем поворами, но для начала нужно вытереть ручки влажными салфетками.

Воспитатель: Салат мы будем готовить на шпажках, а шпажка это полочки которые используют повара, такие салаты называются «Канапе» Это маленькие бутерброды. Для этого нам понадобится: банан, яблоко, апельсин. (Заранее заготовленные и нарезанные)

Приготовление фруктового салата. (Выкладываем шпажки на блюдо)



Карлсон: Ребята вам Спасибо. Вы сегодня многому научили меня. Теперь я не буду есть вредные продукты, а сладости я буду кушать понемножку. Мне очень понравился фруктовый салат, я его обязательно приготовлю со своим другом Малышом. А теперь прощайте Дети: До свидания! Будьте здоровы!

Вывод: Чем мы сегодня занимались на занятии?

Кто приходил к нам в гости? Что случилось у Карлсона?

Воспитатель: Мне очень понравилось с вами заниматься, все сегодня молодцы!  А о том что вы узнали нового на занятии вы расскажите дома своим родным.

