

БИБЛИОТЕЧКА ПЕДАГОГА



Конспект развлечения в средней и старшей группах «Путешествие в страну ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ»



Конспект развлечения НОД с детьми средней и старших групп «Путешествие в страну «Правильного питания»

Цель: Познакомить детей с понятием витамины. Воспитывать культурно – гигиенические навыки.

Задачи:

Обучающие: закрепить знания детей о продуктах питания и их значении для человека, о понятиях «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание».

Развивающие: развивать логическое мышление, любознательность, умение выделять правила здорового питания.

Воспитательные: воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Оборудование: Мультимедиа, кастрюля, овощи – искусственные (картофель, морковь, капуста, свекла, лук, яблоко, вишня, редиска, огурец, виноград), продукты (полезные и не полезные), загадки (салат, сок, хлеб, молоко, сметану, крупы).

Активизация словаря: «питательные вещества», «правильное» или «здоровое питание»

Ход занятия:

Воспитатель: Сегодня, ребята, я приглашаю вас в Путешествие в страну «Правильного питания». Но для начала нам нужно поздороваться друг с другом.

Что за чудо-чудеса:

Раз рука и два рука!

Вот ладошка правая,

Вот ладошка левая!

И скажу вам не тая -

Руки всем нужны, друзья.

Сильные руки не бросятся в драку,

Добрые руки погладят собаку,

Умные руки умеют лечить,

Чуткие руки умеют дружить.

- Возьмитесь за руки, ощутите тепло рук ваших друзей, которые будут вам добрыми помощниками.

Держась за руки, дети идут по кругу, под стихотворный текст, попадают в страну «Правильного питания».

Раз, два, три, четыре, пять —

Мы идем в поход опять.

Так и тянет нас на волю

Приключения искать.
Только слабеньким, друзья,
В наш поход идти нельзя.
Мы сейчас все разомнемся.
Силы, воли наберемся.
На носочки поднимайтесь,
Руки к солнцу. Улыбайтесь!

Воспитатель: Ребята, посмотрите, мы попали в гости к Витаминкам. Давайте послушаем, что они хотят нам сказать.

Мультимедиа: (голос витаминок) Здравствуйтесь ребята! Мы рады, что вы пришли к нам в гости. Мы предлагаем вам поиграть игру «Один лишний»

Мультимедиа: (Показаны картинки продукты с Витаминкой А (свекла, дыня, морковь, чеснок, капуста, петрушка, персики, шпинат, тыква, репа, сельдерей и чипсы), дети должны угадать, что лишнее. Аналогично и с другими витаминками).

Воспитатель: (благодарит Витаминку) Ребята, для того чтобы вы росли крепкими и здоровыми малышами, как вы думаете, какую пищу нужно употреблять?

Дети: ответ детей.

Воспитатель: Правильно ребята, необходимо употреблять разнообразную пищу, а не только сладкое. Это называется **правильным** или **здоровым питанием**. Но здоровье ещё зависит и от того как много мы двигаемся. Давайте и мы с вами подвигаемся.

Физкультминутка: «Мы похлопаем в ладоши»

Воспитатель: А мы продолжаем своё путешествие дальше. (дети под стихотворный текст идут по кругу). Ребята, мы опять попали кому-то в гости, но кто здесь живёт? **Мультимедиа:** (голос доктора Здоровячкова.

Здравствуйтесь ребята!

Я доктор Здоровячков, хочу рассказать о своей стране «Правильного питания». Здесь у нас никто никогда не болеет, все красивые и сильные, потому, что у нас все правильно питаются. Хотите узнать, чем же мы питаемся?

Дети: Ответы детей

Доктор: Тогда отгадайте загадки и найдите в моей корзинке отгадки».

Дети отгадывают загадки и ответы показывают, беря их из корзинки.

Игра «Собери овощи и фрукты».

Доктор: Молодцы ребята! Загадки отгадали, овощи и фрукты разобрали. А вы употребляете в пищу эти продукты?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Конечно, нам в детском саду повара готовят вкусную кашу, салаты, котлеты, щи. А давайте мы приготовим для всех вас борщ.

Игра «Юный повар» (дети выбирают овощи, которые кладут в борщ).

Доктор: Да, молодцы ребята. Но у меня есть ещё одно задание для вас. Нужно выбрать продукты, которые едят в стране «Правильного питания».

Игра «Полезные и неполезные продукты» (На столе стоят 2-е корзины с продуктами, нужно в одну корзину сложить полезные продукты, а во вторую неполезные).

Доктор: Ну, молодцы ребята! Вы знаете, как правильно нужно питаться, и поэтому вы сохраните своё здоровье надолго. А на прощание хочу угостить вас яблоками, которые растут в нашей стране. Когда вернётесь в детский сад, то не забудьте помыть руки.

Держась за руки, дети идут по кругу, под стихотворный текст, попадают в группу, идут мыть руки и садятся за стол, воспитатель угощает детей яблоками.