

КОНСПЕКТ

**Непосредственно-образовательной
деятельности
по теме:**

***«Прежде, чем за стол мне сесть, я
подумаю, что съесть»***

**В подготовительной логопедической
группе.**

**Воспитатель
Панакшина В.Н.**

**Г.Узловая
Октябрь, 2014 учебный год**

Программное содержание

- Формировать у детей знания о здоровом образе жизни, закреплять представления о продуктах питания, их пользе для здоровья человека;
- Развивать познавательный интерес, творческое изображение, побуждать к активной экспериментальной деятельности;
- Обогащать связную речь детей, совершенствовать навык словообразования, умение отвечать на вопросы сложносочиненными и сложноподчиненными предложениями;
- Развивать мелкую моторику;
- Воспитывать любовь к природе, бережное отношение к ее дарам

Воспитатель: Дети, что мы с вами делаем, чтобы быть здоровыми?

Сегодня мы поговорим о здоровой пище.

Когда вы были маленькими, вы не бегали, не делали зарядку, а только пища помогала вам расти. Вы уже знаете, что продукты бывают полезные, не очень полезные и даже вредные для здоровья человека.

Вот здесь у нас стоят фигуры, из которых нам надо построить пирамиду здорового питания.

Вы должны внимательно посмотреть на схему и по цвету фигур определить, какие из них поставить в 1 ряд, а какие во 2-ой ряд и т.д.

(Дети строят «Пирамиду здоровья»)

Воспитатель: Посмотрите, ребята, какие продукты изображены в первом ряду, у основания пирамиды. Что вы можете сказать об этих продуктах?

(Они самые полезные)

Воспитатель: Правильно, разные крупы, зерно – самая важная пища для здоровья человека, основа здоровья. Давайте, определим, какие крупы есть?

(В контейнерах крупы:

Гречневая,

Рисовая,

Пшенная,

Манная

Геркулесовая(овсяная)

Что можно приготовить из них?

Из гречневой крупы – гречневую кашу и т.д.

Воспитатель: Мы не только употребляем в пищу разные крупы, зерновые, но крупа помогает нам тренировать наши пальчики, чтобы научиться лучше говорить.

Пальчиковая гимнастика

«Пройдем по крупяным дорожкам»

(Дети пальчиками «шагают» по своей дорожке)

Воспитатель: Посмотрите, что изображено во 2 ряду нашей пирамиды?

- Фрукты, овощи, ягоды.

(Дети рассматривают их и называют)

Что мы о них можем сказать?

«Овощи и фрукты – полезные продукты»

Воспитатель: Дети, вы хотите узнать почему овощи, фрукты, ягоды окрашены в разные цвета?

Сейчас я вам покажу волшебные превращения.

Включаю прибор(например миксер на конце которого закреплен диск с нарисованным спектром цветов радуги)

Какой цвет вы видите на вращающемся диске?

- Белый

- Останавливаю. А теперь что вы видите?

-Разные цвета. Давайте их назовем.

- Это цвета радуги. Сколько их, посчитайте.

Оказывается солнышко шлет нам на землю лучи разного цвета, окрашивая овощи, фрукты, ягоды в цвета радуги, но мы видим только светлый солнечный свет. Согласны вы со мной?

Я еще один опыт для вас приготовила.

У вас на столах краска, один из цветов которой, вы видели на вращающемся диске. Раскрасьте лежащие перед вами карточки. (На карточках заранее свечой нарисованы овощи и фрукты)

- что вы увидели?

Каждому овощу свой цвет.

Назовите овощи, фрукты разного цвета, все они полезные для здоровья, в них много витаминов, их надо есть каждый день.

Проводиться физкультминутка.

Воспитатель: Теперь мы отдохнем. Я включу музыку, а вы своими движениями постарайтесь передать образ задуманных вами овощей.

- Этот предмет вам знаком. Правильно, это волшебный язычок.

Посмотрите, почему здесь поселилась буква Д. Это витамин Д. Он содержится в продуктах, изображенных в окошечках (творог, яйцо, рыба) Это продукты растительного или животного происхождения? (Ответы детей)

- Продукты животного происхождения тоже содержат витамины, но их надо есть меньше, чем растительных продуктов.

-И в самом верху пирамиды расположены какие продукты? (Соль, сахар)

- Это полезные продукты? Почему?

Их нужно есть совсем немного.

-Назовите продукты , которые совсем не нужно есть.

(Дети называют чипсы, сухарики, жвачки и т.д.)

Воспитатель: А сейчас я предлагаю вам подойти к столу, на котором лежат нарезанные овощи, фрукты и приготовить самим салат. Кто-то будет готовить овощной салат, а кто-то фруктовый.

(Дети готовят салат, объясняют, что кладут и почему)

-Дети, а салат будет еще вкуснее и принесет здоровье, если в него положить немножечко любви, чуть-чуть добра, капельку радости, кусочек нежности.

-Вы согласны со мной? Поделитесь этими рецептами со своими мамами.

-Дети, о чем мы сегодня на занятии с вами говорили? (О продуктах питания)

Какие же слова можно сказать, подводя итог нашего занятия:

«Прежде, чем за стол мне сесть,

Я подумаю, что съесть»