

Организация образовательной деятельности с детьми старшей группы по теме «Продукты питания»

Педагог: Ребята, давайте начнём наш день с приветствия!
Собрались все дети в круг.

(образовать круг)

Я – твой друг (прижать руки к груди)
и ты мой друг (руки вытянуть перед собой).
Крепко за руки возьмёмся (взяться за руки)
И друг другу улыбнёмся! (Улыбнуться)

Педагог: Как приятно видеть вас такими здоровыми, сильными и опрятными! А ведь за окном у нас поздняя осень. Какие изменения в природе она принесла с собой? (ответы детей)

Педагог: Верно, на улице холодно, ветрено, потому мы надеваем более тёплую одежду и обувь. Но не только они помогают нам в борьбе с морозами. Ребята, давайте вспомним что такое иммунитет. (ответы детей)

Педагог: Какие вы умные! Но что же помогает иммунитету стать сильнее? (ответы детей)

Педагог: Конечно, это разные витамины и правильное питание. Если бы не они, что стало бы с организмом? (ответы детей)

Педагог: Верно, и болеть не нравится никому. Ведь что мы чувствуем, когда болеем? (ответы детей)

Педагог: Так давайте никогда не забывать о витаминах! А какие они бывают? (ответы детей)

Педагог: Вы правы. Это витамины, которые мы покупаем в аптеках, и продукты – во многих из них есть нужные нам витамины. Приведите примеры. (ответы детей)

Педагог: Да, это разные овощи, фрукты, ягоды, молочные продукты и многое-многое другое. Я предлагаю вам отправиться в продуктовый магазин и купить то, что должно быть в доме человека. Но сначала вспомните как правильно хранить продукты. (ответы детей)

Педагог: Умницы! Но почему продуктам нужна холодная температура? (ответы детей)

Педагог: Теперь мы готовы идти в магазин. Отправляемся!

От него - здоровье, сила

И румянец щёк всегда.

Белое, а не белила,

Жидкое, а не вода.

(ответы детей)

Педагог: Правильно! Значит, мы в отделе молочных продуктов. Это скоропортящиеся продукты – т.е. они могут быстро испортиться, потому выкладывают их на холодных прилавках. Какие продукты из молока вы знаете?

(Дети дают ответы, педагог сопровождает их показом иллюстраций)

Педагог: Молодцы! Все эти продукты содержат белки, которые помогают нашим мышцам быть сильнее. Белки для организма, как кирпичики, из которых строится дом. Без них не будет роста. И ещё кальций – он делает косточки крепче. Какие молочные продукты вы получаете в саду? (Ответы детей)

Педагог: Значит, мы получаем нужные нам белки и кальций. Тогда идём дальше!

Мнут и катают,
В печи закаляют,
А потом за столом
Нарезают ножом.
(Ответы детей)

Педагог: Правильно, значит, мы в отделе хлебобулочных продуктов. А помните ли вы из чего делают хлеб? (Ответы детей)

Педагог: Правильно, из злаков, также из них делают разную крупу. А для чего нам нужна крупа? (Ответы детей)

Педагог: Конечно же для приготовления каши! Давайте вспомним какую кашу вам дают в детском саду. (Ответы детей)

Педагог: Крупы и хлеб дают нам энергию на целый день! А энергию эту выделяют жиры и углеводы. Их нужно потреблять в небольшом количестве, тогда они создадут жировую прослойку, которая защитит наши органы при ударах. Но если съесть слишком много, то и жировая прослойка будет слишком большая. Человеку станет трудно ходить, органам будет трудно работать. Поэтому нужна мера! А мы идём дальше!

Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки.
(Ответы детей)

Педагог: Верно. И мы в отделе фруктов, овощей и ягод. Они укрепляют иммунитет человека, содержат клетчатку, минералы, антиоксиданты, которые помогают организму избавляться от вредных веществ, долго оставаться здоровыми, энергичными и сильными. Вспомните какие овощи вы знаете. (Ответы детей)

Педагог: В моркови, петрушке, помидорах есть витамин А. В картофеле есть витамин В. Витамин Е содержится в моркови, капусте, картофеле. Витамин К есть в капусте, зелени, помидорах. А в луке – витамин С. Как их можно использовать в пищу? Что приготовить? (Ответы детей)

Педагог: А какие фрукты и ягоды вам известны? (Ответы детей)

Педагог: В цитрусовых и яблоках есть витамин С. А, например, витамин Р – в апельсинах и лимоне. Витамин А есть в персиках и абрикосах. Из овощей, фруктов и ягод мы можем приготовить различные соки. Давайте попробуем. (Речевая игра на образование прилагательных из существительных, например, яблоко — яблочный)

Педагог: Вот мы и обошли все отделы магазина. И даже придумали, что можно приготовить из различных продуктов. Но перед тем, как начать готовить, что обязательно нужно сделать? (Ответы детей)

Педагог: Верно. Никогда не забывайте тщательно мыть руки и продукты перед готовкой. Иначе какие могут быть последствия? (Ответы детей)

Педагог: Умницы! И сейчас давайте разомнёмся! (Физминутка)

К самовару гости прибежали, (стоят в кругу)

Дружно чашки наполняли: (идут к середине круга)

Вкусный чай у самовара, (расходятся)

Он с ромашковым отваром. (идут по кругу друг за другом)

Педагог: настало время разделиться по центрам.

В центре творчества вас ждут раскраски овощей, фруктов и ягод по числам. За каждым числом закреплён свой цвет.

В центре природы нужно будет разделить все продукты на группы: фрукты, овощи и ягоды и объяснить свой выбор.