

Конспект занятия к программе «Разговор о здоровье и правильном питании»

(М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А. Филиппова)

Цель:

Формировать у детей представления о завтраке, как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, различных вариантах завтрака.

Задачи:

1. Уточнить и расширить представление детей о разнообразии круп,
2. познакомить с растениями, из которых они производятся, с особенностями выращивания и уборки этих растений.
3. Учить добывать знания при помощи книг и интернета. Побудить к открытию (через детско-родительские проекты).

Оборудование:

- коллекция круп, тарелочки белого цвета, пластиковые чайные ложки, лупы по количеству детей;
- изображения растений: гречиха, рис, овес, кукуруза, горох, пшеница, рожь, ячмень;
- разетки с различными наборами круп: рис + греча, овёс + греча, перловка + греча, кукуруза + горох.
- доска, мел.

Организация посадки: дети сидят в кругу на стульях, на столах у каждого ребенка рабочая тетради, лупа, пустой подносик, чайная пластиковая ложка.

Ход занятия:

Восп.: Всем удобно? Всем друг друга видно и слышно? Начинаем разговор.

Однажды Аня спросила свою бабушку Анну Петровну: «Почему так говорят: «Он мало каши ел?» Как вы думаете, что же ответила Ане бабушка, почему же так говорят?

Ответы детей.

Восп. Предлагаю сейчас распределить роли, пройти за столы и узнать, какой же разговор состоялся в семье Кати во время завтрака. Кто возьмёт на себя роль Кати, Ани, мамы Марины Сергеевны, папы Валерия Николаевича, бабушки Анны Перовны. Роли распределены, проходите, пожалуйста, за столы.

Прошу открыть тетради на странице 30. Начинаем чтение.

(чтение стр. 30 – 31)

Восп. Предлагаю сейчас «побывать» на кухне и рассмотреть крупы, из которых, из которых в нашем детском саду готовят каши и гарниры. Выходите в круг, будем «помогать» нашим поварам варить кашу.

Дети встают в круг на ковре.

Физкультминутка.

Каша – малаша, ты так хороша! – дети имитируют помешивание ложкой в кастрюле по маленькому кругу.

Если добавить стакан молока, - дети имитируют выливание молока в кастрюлю.

Ложечку масла - дети имитируют поддевание масла и выкладывание

- его в кастрюлю,
И сахар возьмём - дети имитируют насыпание сахара в кастрюлю перебирая пальцы,
И эту кашу всем детям даём - дети разводят руки в стороны.
- Каша – малаша, ты так хороша!** – дети имитируют помешивание ложкой в кастрюле по среднему кругу.
Если добавить кувшин молока, - дети имитируют выливание молока в кастрюлю.
Две ложечки масла - дети имитируют поддевание масла и выкладывание его в кастрюлю,
И сахар возьмём - дети имитируют насыпание сахара в кастрюлю перебирая пальцы,
И эту кашу всем взрослым даём - дети разводят руки в стороны.
- Каша – малаша, ты так хороша!** – дети имитируют помешивание ложкой в кастрюле по маленькому кругу.
Если добавить бидон молока, - дети имитируют выливание молока в кастрюлю.
Три ложечки масла - дети имитируют поддевание масла и выкладывание его в кастрюлю,
И сахар возьмём, - дети имитируют насыпание сахара в кастрюлю перебирая пальцы,
И эту кашу великанам даём!!! - дети разводят руки в стороны.

Восп. Тетради прошу положить на край стола, а к себе подвинуть подносы и лупы. Я сейчас буду проходить между столами и насыпать на подносы крупу. Ваша задача рассмотреть её, узнать и правильно назвать. (греча, рис, перловка, овёс).

Вопросы: Кто узнал эту крупу?

Какой формы зерна? На что похожи?

Может кто-то знает название растения, с которого её собирают?

Ячневая и кукурузная крупы раздроблены, измельчены, как вы думаете, для чего?

Каким способом еще обрабатывают зерна, чтобы они быстрее проварились? (хлопья).

А сейчас я предлагаю вам поиграть в игру «Золушки и Принцы». Нужно разобрать перемешанное в дороге зерно. А Славу и Диму попрошу рассортировать горох, фасоль и кукурузу для супов (слабая мелкая моторика).

Дети сортируют крупу, пробуют её на ощупь, сравнивают. Воспитатель проходит между рядами и индивидуально задаёт вопросы.

Восп. Вот и подходит к концу наше путешествие в мир круп. Вы узнали из чего варят кашу и как можно улучшить её вкус. Интересно было? Конечно – интересно!!! Думаю, сейчас и в магазин за крупой вас можно смело отправлять – ничего не перепутаете!!!

А хотите ли вы, дети, узнать где как растут растения, из зерен которых мы варим каши? Что еще можно сделать из этих растений и круп? Где их можно использовать кроме приготовления пищи? Тогда выбирайте себе крупу и попробуйте узнать о ней как можно больше и поделиться этими знаниями и открытиями с нами. Мы с родителями на собрании договорились, что они вам в этом обязательно помогут.

После уборки со столов воспитатель записывает темы детско – родительских проектов.