



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Детский сад №182»
(МБДОУ «Детский сад № 182)

Конспект занятия-викторины
в средней группе
Тема «Полезное питание»



Воспитатель:
Е. А. Агарина
В.А. Самойлова

Барнаул

Цель: формировать культуру пищевого поведения.

Задачи:

1. Продолжать формировать культуры питания у детей.
2. Совершенствовать культурно – гигиенические навыки детей, через создание условий в группах.
3. Воспитывать эстетический вкус у детей.

Словарная работа: полезные продукты, витамины.

Оборудование: Магнитная доска, картинки с изображением полезных и вредных продуктов; изображения овощей, фруктов, продуктов, содержащих витамины.

Предварительная работа: провести с детьми беседы о здоровом питании;

Экскурсия с детьми на кухню детского сада. Рассмотрение изображений продуктов питания; беседа на тему «Какая еда полезна»; изучение пословиц о здоровье, чтение рассказов о еде, заучивание стихов.

Ход:

Дети проходят в группу и встают на ковре.

Воспитатель: Ребята сегодня мы с вами будем говорить о полезной и здоровой пище.

Воспитатель: Как вы думаете, человек может прожить без еды?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Какое –то время может, но совсем немножко. Чтобы человек хорошо рос, развивался, ему необходимо каждый день кушать- питаться. А чем же питается человек?

Дети: Ответы детей.(мясо, рыба, молоко, овощи, фрукты и.т .д.)

Воспитатель: А как думаете животные питаются?

Дети: Да.

Воспитатель:

Правильно, ребята!
Питаются люди,
животные, птицы,
насекомые.

Любому организму
от самого
маленького до
взрослого-

требуется питание.

Как только питание перестает своевременно поступать на завтрак, обед и ужин, наш организм слабеет. Почему же так происходит?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Да, потому что в продуктах содержатся питательные вещества, которые помогают нашему организму расти, развиваться и двигаться.

Ребята, а, какие питательные вещества вы знаете?





Дети: Витамины.

Воспитатель: Да правильно. В продуктах содержится много разных витаминов. И у каждого витамина есть свое имя и домик, где они живут. И мы с вами сейчас вспомним где же в каких продуктах живут витамины А.В.С. (На доску выставляются картины с продуктами питания. Воспитатель называет витамин – и говорит, в каких продуктах он существует)

Воспитатель: У каждого из вас есть любимая блюда. Назовите их.

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Как вы думаете ребята, что будет, если мы будем, есть одни только сладости, торты, конфеты, пирожное и .т.д. (Ответы детей)

Воспитатель: Да, все правильно. Ребята, для того чтобы вы росли здоровыми и крепкими, вам не обходимо употреблять только здоровую и полезную пищу, это называется “ полезными продуктами”.

Воспитатель: Ребята, я предлагаю сегодня устроить игру- викторину. Мы разделимся на две команды и будем соревноваться, выполняя различные задания. За каждое правильно выполненное задание вы будете получать картинку с овощем. В конце занятия подсчитаем количество картинок. У какой команды больше, та и победила.

Воспитатель: Согласны?

Дети: Да

Воспитатель делит детей на две команды. Каждой команде даётся название: «Апельсинки» и «Витаминки».

Воспитатель: А вот и первое задание.

Сейчас я прочитаю вам загадки, а вы должны их отгадать.



Должен есть и стар и млад Овощной всегда.... (салат)
Будет строен и высок Тот, кто пьет фруктовый... (сок)
Знай корове не легко Делать детям...(молоко)
Знает с детства Глеб На столе главней...(хлеб)
Нужна она каше, нужна она в супе, Десятки есть блюд из различных ...(круп)
Мяса, рыба, крупы, фрукты - Вместе все они ...(продукты)

Воспитатель: Молодцы ребята, все загадки отгадали. А вы употребляете все эти продукты

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Второе задание. Вот две корзинки. Вам надо разобрать по корзинкам вредные и полезные продукты. Команда «Апельсинки» выбирает полезные продукты, а команда «Витаминки» вредные.

Воспитатель проверяет как дети справились с заданием.

Воспитатель: А теперь предлагаю немного отдохнуть и поиграть.

Физминутка на ковре:

«Раз, два, три - горшочек кашу вари»

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем

Молоко мы нальем, до кипения доведем. (наливаем молоко, имитируем движения)

Кашу нужно посолить, да и сахар положить (Насыпаем соль, сахар)

Мы крупу насыпаем, дружно всё перемешаем. (Насыпаем крупу)

Каша преет «пых - пых - пых» (Движение руками вверх – вниз)

Для друзей и для родных.

Мы все дружно поедим, (Имитируют движения)

И гостей всех угостим.

Воспитатель: Следующее задание «Узнай по вкусу!!!»

А сейчас, мы узнаем насколько хорошо у вас развиты вкусовые качества.

Этот конкурс пройдет в виде эстафеты, участники команды по очереди будут подбегать к столу и с завязанными глазами определить по вкусу какой фрукт или овощ они попробовали.(на тарелках со шпажками разложены овощи и фрукты)





Воспитатель: Вы очень хорошо справились с этим заданием. А сейчас вас ждёт последнее испытание. Игра «Да и нет». Каждой команде я буду задавать вопросы. Вы должны отвечать да или нет. Итак, начинаем с команды «Апельсинки».

1. Каша - вкусная еда

Это нам полезно? (да)

2. Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (да)

3. В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (нет)

4. Щи отменная еда

Это нам полезно? (да)

5. Мухоморный суп всегда

Это нам полезно? (нет)

6. Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (да)

А теперь вопросы для команды «Витаминки»

7. Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки (нет)

8. Овощей растет гряде

Овощи полезны? (да)

9. Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? (да)

10. Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? (да)

11. Лишь полезная еда

На столе у нас всегда! (да)

12. А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? (да)

Подводится итог викторины, подсчитывается количество картинок.

Воспитатель: Ребята, чтобы вы выросли здоровыми вам надо правильно питаться, заниматься спортом и соблюдать режим. А в благодарность я хочу вам подарить яблочки, ведь в них много витаминов. И желаю вам всем крепкого здоровья.

