


Развлечение в старшей группе
«Овощи и фрукты – полезные продукты»



Воспитатели:
С.А. Зуева
С.В. Дёмина



Цель: обобщить и систематизировать имеющиеся у детей представления о здоровом питании, подвести к пониманию того, что правильное питание – необходимое условие для здоровья человека, основа здорового образа жизни.



Задачи

Обучающие:

- Расширить и уточнить представления детей о питании.
- Закрепить представление о здоровом образе жизни, о полезных и вредных продуктах питания, взаимосвязи здоровья и питания.
- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, воспитывать желание заботиться о нем.

Развивающие:

- Обогащать и активизировать словарный запас детей.
- Стимулировать и способствовать развитию речи.
- Развивать память, воображение, мышление.
- Формировать умение и навыки вести беседу, высказывать свое мнение.
- Учить отвечать на заданные вопросы.

Воспитательные:

- Воспитывать желание употреблять полезную для здоровья пищу.
- Воспитывать заинтересованность в сохранении собственного здоровья.
- Продолжать развивать умение анализировать, контролировать и оценивать свою деятельность и деятельность сверстников.



Материалы и оборудование:

- 2 ведра, картошка, лейка, 2 корзинки, 2 набора с различными овощами и фруктами, маски (морковь, картошка, лук, свекла), 2 кегли и 2 мяча.

Ход мероприятия:

Садовник: Здравствуйте, ребята! Как же я устал! Вот вы пришли повеселиться, а мне некогда! Я все время то в саду, то в огороде! Посади, поливай, сорняки выдергивай, урожай собирай! Устал уже! Да и вообще, кому нужен сад и огород! Кому нужна эта картошка и лук! А, дети, для чего?

Дети отвечают.

Садовник:

Молодцы, ребятки!


И я к вам пришел не

с пустыми руками.

Я вам гостей привел!

(Выходят дети «овощи»)





Морковь: Я росла много дней,
Становилась все длинней.

Все красней и слаще
Стала я хрустящей!

Картошка: Я картошка, тошка, тошка,
Я несмелая немножко,
Вся испачкана в земле,
А какая на столе!

Свекла: Я кругла и крепка,
Темно-красные бока,
Свекла молодая,
Сладкая такая!

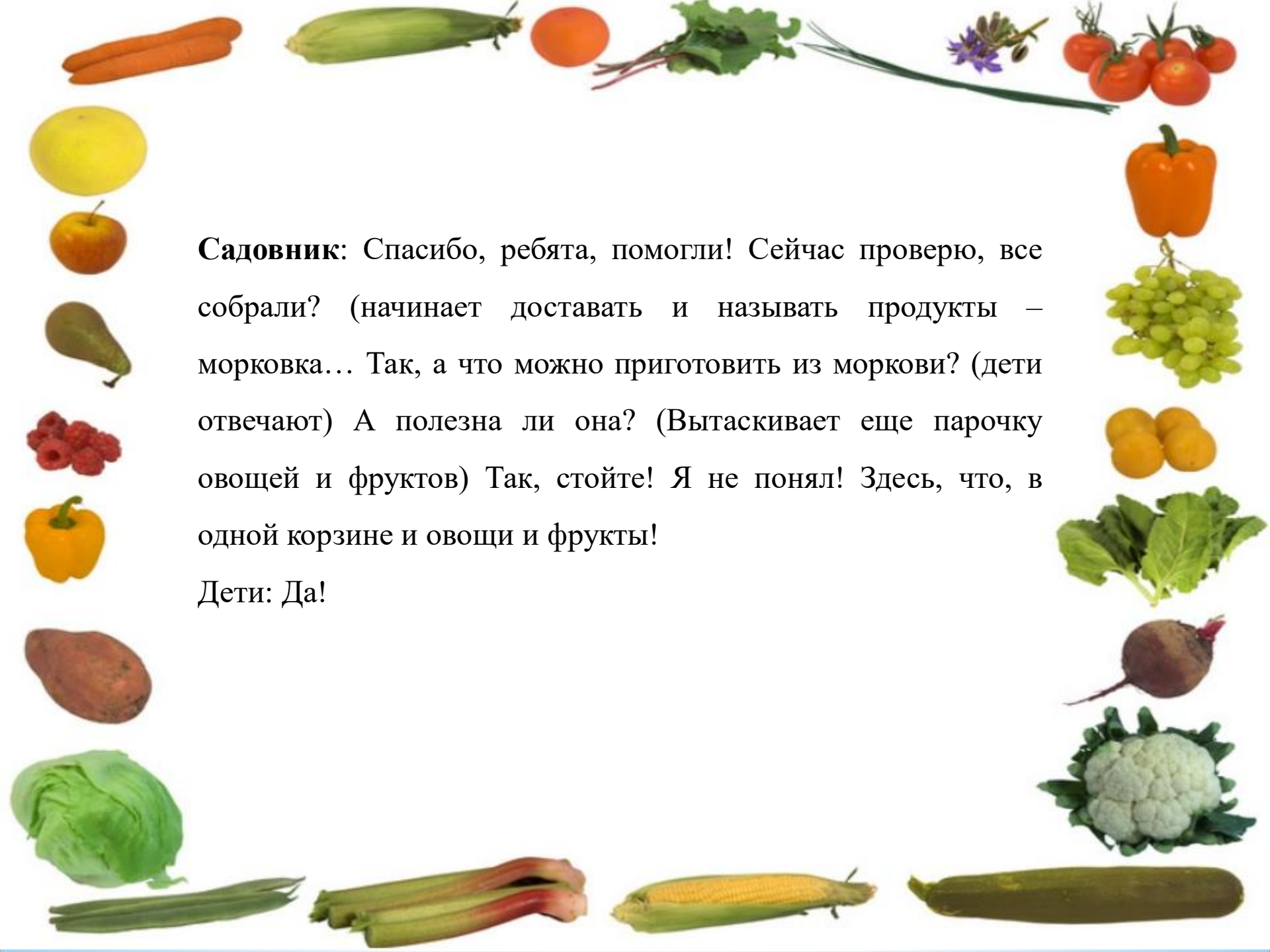
Лучок: Говорят, я горький,
Говорят, несладкий,
Стрелочкой зеленой
Я расту на грядке!

Садовник:

У садовода в саду и в огороде поспел урожай. Его нужно очень быстро собрать! Вы поможете, ребята? Вы разделитесь на 2 команды, чья команда быстрее справится с задачей, та и победила! (в противоположной стороне от команд, на земле, разложены 2 кучи с одинаковым количеством овощей и фруктов, они их будут складывать в одну общую корзину, по пути они должны оббежать деревья - кегли).





The image features a variety of fresh produce arranged in a border around the central text. At the top, there are two carrots, a green cucumber, a tomato, a bunch of leafy greens, a green onion, a purple flower, and a cluster of red tomatoes. On the right side, there is an orange bell pepper, a bunch of green grapes, two lemons, a head of green lettuce, a beet, and a head of cauliflower. At the bottom, there are two green beans, a bunch of red and green beans, a yellow corn cob, and a green cucumber. On the left side, there is a yellow lemon, a red apple, a pear, a bunch of raspberries, a yellow bell pepper, a sweet potato, and a head of green lettuce.

Садовник: Спасибо, ребята, помогли! Сейчас проверю, все собрали? (начинает доставать и называть продукты – морковка... Так, а что можно приготовить из моркови? (дети отвечают) А полезна ли она? (Вытаскивает еще парочку овощей и фруктов) Так, стойте! Я не понял! Здесь, что, в одной корзине и овощи и фрукты!

Дети: Да!

Садовник:

Ребята, а вы мне поможете рассортировать продукты?

Дети: Да!

Проводится игра «Где овощи, где фрукты». Дети снова делятся на 2 команды, и теперь уже из одной большой кучи перебирают, одна команда - овощи, вторая - фрукты.

Проводится игра, проверяем, правильно ли дети рассортировали продукты. Определяется победитель.



Садовник:

Ох, ребятюшки, устали мои ножки, размять бы их немножко! Становись поскорей в хоровод овощей

«Хоровод овощей»

В огород пойдем, хоровод заведем (дети идут по кругу)

В хоровод возьмем редиску.

С ней присядем низко-низко, (приседают)

В хоровод возьмем морковку

И с морковкой спляшем ловко (выполняют танцевальные движения)

В верх потянемся с лучком, (тянутся в верх поднимаясь на носочки)

Побежим за кабачком (бегут по кругу друг за другом)

И поскачем по дорожке, как зеленые горошки (скачут по кругу друг за другом).





Садовник:

Мальчики и девочки, а вы любите полакомиться фруктами? А любите ли похрустеть сочной капустой? Хорошо, а теперь давайте вспомним, что необходимо нашим овощам и любимым растениям для роста (солнечное тепло, свет, плодородная почва и влага).

- А какие овощи вы знаете? (морковь, редис, картошка и т. д.) .

Ребята, давайте вспомним, как заготавливают овощи на зиму?

Дети: - Овощи можно сушить (лук, морковь, свекла, горох, фасоль) .

- консервировать, солить, мариновать (огурцы, помидоры, кабачки, патиссоны, капуста) .

- делать икру (кабачки, баклажаны) .

- даже варить варенье (кабачки) .

Ребята на огороде растут не только овощи, но и фрукты. Как называется место, где выращивают фрукты?

Дети: фруктовый сад.

Садовник:

А какие фрукты вы знаете? Где они растут?

И так, фрукты растут на фруктовых деревьях. Кроме овощей и фруктов на огороде еще растут и ягоды. Давайте вспомним какие ягоды вы знаете, и где они растут. (ответ детей (куст, деревья) .



(Появляется Карлсон с банкой из под варенья)





Карлсон:

Ребята, привет! Я тут мимо пролетал, услышал, что вы про ягоды говорили, а у меня как раз варенье закончилось! А из каких ягод можно сварить варенье?



(ответы детей)

А из фруктов можно сварить варенье? А какое варенье вы ели?



(ответы детей)

А какие ещё, кроме варенья, вкусные блюда можно приготовить из фруктов и ягод, чтобы мы могли не только летом, но и зимой полакомиться разными заготовками из фруктов и ягод.

(Ответы детей).



Садовник: Карлсон, ребята, а вы знаете, что арбуз – тоже ягода? Его летом и осенью просто едят, а на зиму – консервируют. Кто-нибудь, из вас ел соленые или маринованные арбузы? А ещё сок арбузный очень вкусный!



Садовник: Ребята, а давайте с вами поиграем в игру «Донеси арбузы».


Команды стоят на линии старта, в колонну друг за другом, в руках первые игроки держат по два мяча. По свистку первые игроки добегают с мячами до черты, возвращаются, передают мячи следующему игроку. Выигрывает команда, первой закончившая задание.






REDMI NOTE 9
AI QUAD CAMERA


Карлсон: Спасибо вам, ребята, было весело! Всё, полечу, на зиму заготовки делать! (Улетает)



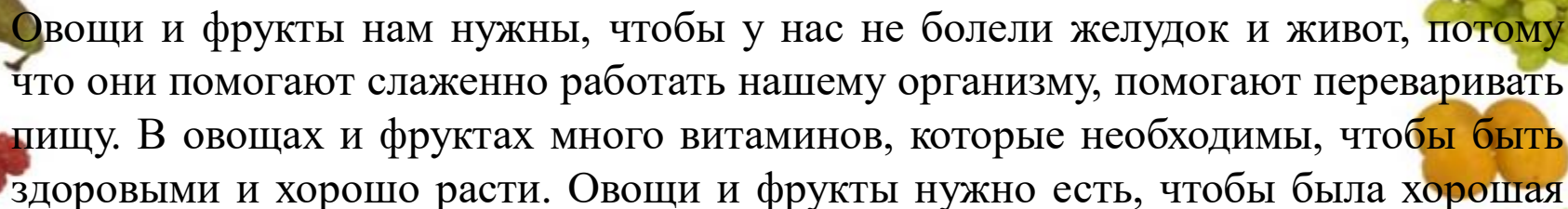
Садовник: Ребята скажите, пожалуйста, как называются люди, которые работают на овощных полях – овощеводы.




А люди, которые выращивают фрукты в больших садах, как называются? – садоводы.



Садовник: Для чего нашему организму необходимы овощи и фрукты. Как вы думаете?




Овощи и фрукты нам нужны, чтобы у нас не болели желудок и живот, потому что они помогают слаженно работать нашему организму, помогают переваривать пищу. В овощах и фруктах много витаминов, которые необходимы, чтобы быть здоровыми и хорошо расти. Овощи и фрукты нужно есть, чтобы была хорошая фигура. Чтобы зубы были здоровыми.



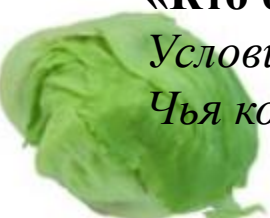
Некоторые овощи помогают нам бороться с простудой и гриппом, например лук и чеснок.

«Кто больше назовет овощей»



Каждая команда называет по одному овощу, по очереди, не повторяясь. Чья команда назовёт последнее слово, та и выигрывает.

«Кто больше назовет фруктов»



Условие тоже, команды по очереди называют фрукты, не повторяясь. Чья команда назовет последнее слово - побеждает.





Садовник: А теперь поиграем в игру «Вершки и корешки».

Съедобный корень овоща будем называть корешки, а съедобный плод на стебле - вершки. На слова вершки вы поднимаетесь, а на слова корешки вы приседаете

Морковь (корешки), помидор (вершки), лук (вершки и корешки), картофель (корешки), огурец (вершки), свекла (корешки).



На этом, ребята, наш праздник заканчивается. И будьте здоровы!