

Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр» имени Героя Российской Федерации Немцова Павла Николаевича с. Борское муниципального района Борский Самарской области  
– Детский сад «Солнышко» с. Борское

**План-конспект непосредственно образовательной деятельности по познавательному развитию  
«Правильное питание» в подготовительной группе  
( «Познавательное развитие»)**

**Составила:** Попова Ольга Николаевна,  
воспитатель подготовительной группы

**2022 г.**

**План-конспект непосредственно образовательной деятельности по познавательному развитию**

**«Правильное питание» в подготовительной группе  
( «Познавательное развитие»)**

**Составила: Попова Ольга Николаевна, воспитатель,**

**ГБОУ СОШ №2 «ОЦ», с. Борское, Детский сад «Солнышко»**

**Интеграция образовательных областей:** познавательное, речевое, социально-коммуникативное, физическое развитие.

**«Познавательное развитие»:**

- продолжать формировать у детей представление о правильном питании, вредных и полезных продуктах питания, подвести к пониманию того, что правильное питание – необходимое условие для здоровья человека, основа здорового образа жизни;
- расширить и уточнить представления детей о питании и питательных веществах;
- воспитывать желание употреблять полезную для здоровья пищу.

**«Речевое развитие»:**

- обогащать и активизировать словарный запас детей (правильное питание, белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины);
- формировать умение и навыки вести беседу, высказывать свое мнение;
- продолжать формировать умение отвечать на заданные вопросы.

**«Социально-коммуникативное развитие»:**

- приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной деятельности.

**«Физическое развитие»:**

- продолжать развивать общую и мелкую моторику, координацию движений.
- **практические:** выполнение практического задания, физминутка;
- **наглядные** - показ плакатов;
- **словесные** – беседа, вопросы, рассказ воспитателя, дидактические игры.

**Материалы и оборудование:** плакат с продуктами питания, в которых содержатся белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества; плакат с изображением мальчика-обжоры; рабочие листы «Волшебное дерево», цветные карандаши; корзина с фруктами (банан, киви, апельсин, яблоко, груша)

<b>Детская деятельность</b>	<b>Формы и методы организации совместной деятельности</b>
<i>Двигательная</i>	Физминутка
<i>Коммуникативная</i>	Беседа, вопросы, дидактическая игра «Скажи по – другому», «Какой сок?»
<i>Познавательно - исследовательская</i>	Решение проблемных ситуаций, выполнение творческого задания
<i>Восприятие художественной литературы</i>	Художественное слово, отгадывание загадок

Этап занятия	Задача (с обозначением образовательной области)	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<i>Мотивационно-организационный этап.</i>	- приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной деятельности («Социально-коммуникативное развитие»);	<b>Организационный момент.</b> Воспитатель говорит: « Станем рядышком, по кругу, Скажем "Здравствуйте! " друг другу. Нам здороваться ни лень: Всем "Привет! " и "Добрый день! " Если каждый улыбнётся – Утро доброе начнётся. - Здравствуйте!» Педагог продолжает, что слово здравствуйте значит желать здоровья, здравствовать.		
<i>Деятельностный этап.</i>	- продолжать формировать у детей представление о правильном питании, вредных и полезных продуктах питания, подвести к пониманию того, что правильное питание – необходимое условие для здоровья человека, основа здорового образа жизни; - расширить и уточнить представления детей о питании и питательных веществах («Познавательное	<b>1 Беседа по вопросам и рассказ воспитателя.</b> Воспитатель спрашивает, что нужно делать, чтобы быть здоровым? Воспитатель задёт вопросы: - А правильно питаться нужно? Чем питается человек? Как вы думаете, для чего он должен есть? Педагог рассказывает, что в продуктах питания содержатся вещества, необходимые нам с самого рождения. Это белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины. Все они нужны для нормального развития организма. (Перед детьми плакат с	Дети отвечают: заниматься спортом, чистить зубы, гулять на свежем воздухе.  Дети говорят, чтобы жить, чтоб в организм поступали необходимые вещества  Дети рассматривают	Умеют отвечать на вопросы.

	<p><b>развитие»).</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обогащать и активизировать словарный запас детей (правильное питание, белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины);</li> <li>- формировать умение и навыки вести беседу, высказывать свое мнение;</li> <li>- продолжать формировать умение отвечать на заданные вопросы (« <b>Речевое развитие»).</b></li> </ul>	<p>продуктами):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Белки содержатся в мясе, рыбе, молочных продуктах, яйцо, курице. Они необходимы для того, чтобы вы росли крепкими и здоровыми.</li> <li>2. Углеводы дают вам энергию и силу, развивают выносливость, благодаря углеводам вы активно работаете, двигаетесь и занимаетесь спортом — ими богаты хлеб, крупы, фрукты и овощи, печенье, картофель, сахар.</li> <li>3. Жиры содержатся в сметане, растительном и сливочном масле, йогурте, в сыре, в орехах. Благодаря жирам накапливают энергию и дают развиваться мозгу.</li> <li>4. Минеральные вещества они содержатся во всех продуктах, которые мы употребляем в пищу для нормальной работы нашего организма.</li> <li>5. Витамины укрепляют кости, мышцы нашего организма, повышают работоспособность, сопротивляемость к инфекционным заболеваниям, способствуют росту нашего тела. Если в пище недостаточно витаминов, человек болеет</li> </ol>	<p>плакат.</p> <p>Дети слушают, запоминают.</p>	
--	--	---	---	--

		<p>разными болезнями, становится вялым, слабым, грустным. Воспитатель делает вывод: здоровье человека зависит от пищи. Чтобы быть здоровым, энергичным, надо правильно питаться.</p> <p>На доске — плакат мальчика-обжоры.</p> <p>Воспитатель сообщает:  « Живет на свете жадный мальчик. Зовут его Петя, ест он все подряд и очень много»  <i>«Ем всегда я что хочу — Чипсы, вафли, чупа-чупс.  Каши вашей мне не надо, лучше тортик с лимонадом,  Не хочу я кислых щей, не люблю я овощей.  Чтоб с обедом не возиться - и колбаска мне сгодится  Всухомятку — ну и что ж! Чем обед мой не хорош?  И последний мой каприз — Дайте «Киндер» мне «Сюрприз»</i></p> <p>Воспитатель продолжает:  «Еще Петя дает нам советы, как правильно питаться. А мы с вами посмотрим, хорошие они или нет»  <i>Я — обжора знаменитый,  Потому что очень сытый.  Много ем, аж тяжело дышать,  Но хочу я вам сказать</i></p>		<p>Дети определяют, какие понятия правильные, а какие нет.</p>
--	--	--	--	--

	<p>- продолжать формировать у детей представление о правильном питании, вредных и полезных продуктах питания, подвести к пониманию того, что правильное питание – необходимое условие для здоровья человека, основа здорового образа жизни <b>(«Познавательное развитие»)</b></p>	<p><i>И советов много дать: Если мой совет хороший, Вы похлопайте в ладоши. На неправильный совет Говорите слово «Нет!».</i></p> <p><b>2. Игра «Хорошие и вредные советы»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Постоянно надо есть Для здоровья вашего Больше сладостей, конфет И поменьше каши. Ну, хороший мой совет? Вы скажите, да иль нет? (Нет).</li> <li>2. Не грызите овощей И не ешьте вкусных щей, Лучше ешьте шоколад, Вафли, сахар, мармелад, Это правильный совет? (Нет).</li> <li>3. Навсегда запомните, Милые друзья, Не почистив зубы, Спать идти пора. Если мой совет хороший, Вы похлопайте в ладоши! (Дети не хлопают).</li> <li>4. А когда устали и хотите спать, Захватите булочку Сладкую в кровать. Это правильный совет? (Нет).</li> </ol>	<p>Дети отвечают «нет» или хлопают в ладоши.</p>	
--	---	---	--	--

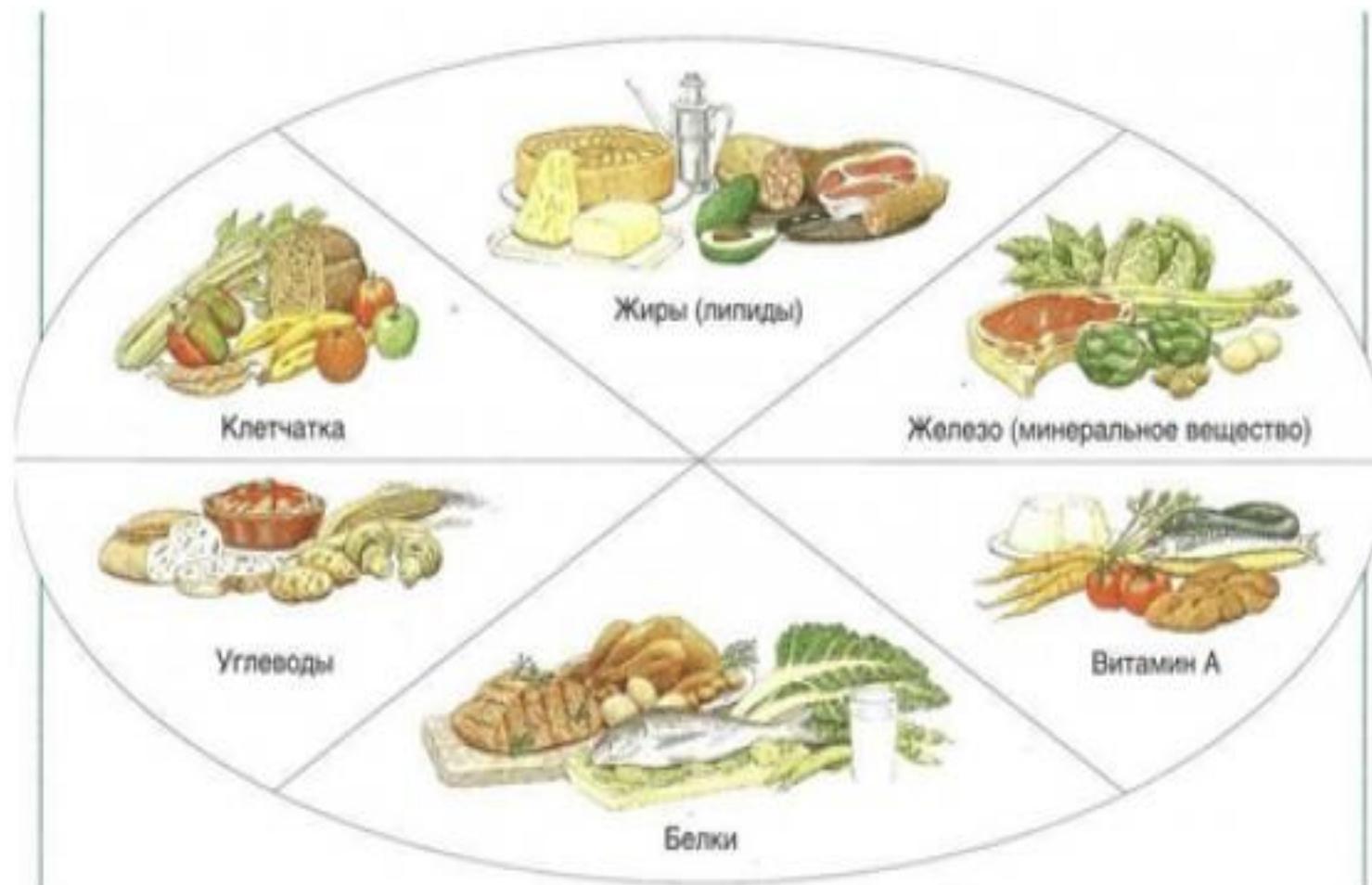
	<p>- продолжать развивать общую и мелкую моторику, координацию движений («<b>Физическое развитие</b>»);</p>	<p>Воспитатель предлагает рассказать Пете, как нужно правильно питаться, что значит правильно питаться? Педагог спрашивает, как вы считаете, если человек будет есть вредные продукты или однообразную пищу, что с ним произойдет?</p> <p><b>3.Физминутка «Зарядка»</b> Каждый день мы по утрам Делаем зарядку (шагаем на месте) Очень нравится нам Делать по порядку: Весело шагать (шагаем на месте) И руки поднимать (руки вверх) Приседать и вставать (приседаем 4-6 раз) Прыгать и скакать (10 прыжков на месте).</p>	<p>Дети отвечают, что есть не только вкусную пищу, но и полезную. - Будет слабым, болезненным, от сладкого испортятся зубы и т. д.</p> <p>Дети выполняют движения в соответствии со словами.</p>	<p>Развивают общую и мелкую моторику, координацию движений.</p>
--	---	--	--	---

	<p>- обогащать и активизировать словарный запас детей (<b>«Речевое развитие»</b>)</p>	<p><b>3. Творческое задание «Волшебное дерево»</b> (показывает лист с творческим заданием) Спрашивает, что у дерева необычное? Объясняет, что на этом дереве разные продукты – полезные и вредные для организма, полезные нужно обвести в кружочек, а вредные - зачеркнуть. Воспитатель раздает детям листы с творческим заданием «Волшебное дерево».</p> <p><b>4.Работа детей.</b> Помощь воспитателя при необходимости.</p> <p><b>5. Игра «Скажи по-другому»</b> Каша из гречки — гречневая, из перловки — . , из пшена — . , из манки — . , из овсянки —....</p> <p><b>Игра «Какой сок в стаканчике?»</b> Сок из яблок — яблочный; из винограда — ...; из апельсина — ...; из моркови — ...; из лимона — ...; из арбуза — ...; из бананов — ...; из ананаса — ...; из свеклы — й, душистый, аппетитный, свежий, хрустящий).</p> <p><b>6.Сюрприз «Корзина-загадка».</b> Педагог предлагает вам отгадать загадки, а отгадки найти в корзине</p>	<p>Дети обводят полезные продукты в круг, вредные – зачеркивают. Рассказывают, почему так выполнили задание.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>Дети называют соки.</p>	<p>Умеют искать соответствующие понятия.</p> <p>Умеют называть определения.</p>
--	---	--	---	---

		<p>(на ощупь).</p> <p><b>Загадки:</b></p> <p>- «С виду он как рыжий мяч, только вот не мчится вскачь. В нём полезный витамин – это спелый» (апельсин)</p> <p>- «Круглое, румяное, я расту на ветке: любят меня взрослые и маленькие детки» (яблоко)</p> <p>- «Под шершавой кожурой, сочный плод хранится мой, Он зеленый и зернистый, нежный, сладкий и мясистый. Как же называюсь я? Мякоть вкусная моя — Кладезь витаминов ценных, для здоровья драгоценных» (киви)</p> <p>- «Этот фрукт на вкус хорош и на лампочку похож» (груша)</p> <p>- «Знают этот фрукт детишки, любят есть его мартышки. Его солнце попросило передать свою вам силу. Родом он из жарких стран называется» (банан)</p>	<p>Дети отгадывают загадки и на ощупь ищут фрукты.</p>	<p>Умеют отгадывать загадки.</p>
<p><b>Заключительный этап.</b></p>	<p>- приобщать к общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной</p>	<p>Педагог заключает, что мы можем дать много хороших и полезных советов Пете.</p> <p>- И какие вы дадите советы Пете, я запишу и отправлю ему письмо.</p> <p>Думаю, мальчик к нам</p>	<p>Рассказывают о долгом и трудном пути хлеба.</p>	

	<p>деятельности («Социально-коммуникативное развитие»).</p>	<p>прислушается и будет есть только полезные продукты. Ведь правильное питание — это залог здоровья человека. Итак, 1 совет.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какие полезные продукты нужно употреблять в пищу?</li> <li>- Где содержатся белки, жиры, углеводы?</li> <li>- Почему каши полезные?</li> <li>- Почему необходимо есть фрукты и овощи?</li> <li>- Почему правильное питание так важно для жизни человека?</li> </ul>	<p>Дети отвечают на вопросы.</p>	
--	---	---	----------------------------------	--

## Приложения.



1. Плакат с продуктами.

2. Плакат «Мальчик – обжора»



### 3.Задание «Волшебное дерево»

