План - конспект проведения НОД

по познавательному развитию в старшей группе

«Путь к здоровью»

Гафитулина Любовь Александровна | Воспитатель

Вид деятельность: познавательно-исследовательская деятельность

Тема: «Путь к здоровью»

Интеграция образовательных областей: «Познавательное развитие», «Речевое

развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».

Задачи:

1) закрепить знания детей о продуктах питания, полезных для здоровья; продолжать развивать умение творчески разрешать проблемные ситуации («Познавательное развитие»);

2) развивать умение строить предложения, выражать свои мысли, описывать свои действия («Речевое развитие»);

3) создать положительный настрой, желание взаимодействовать друг с другом; воспитывать отзывчивость, взаимопонимание; развивать навыки общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками; навыки вежливого обращения, доброжелательность, дисциплинированность («Социально-коммуникативное развитие»);

4) расширять представления о важном компоненте здорового образа жизни-

правильном питании («Физическое развитие»);

5) продолжать развивать образное эстетическое восприятие, образные представления; формировать умение замечать недостатки своих работ и исправлять их; вносить дополнения для достижения большей выразительности создаваемого образа («Художественно-эстетическое развитие»).

Методы и приемы:

- практические: работа с раздаточным материалом, физ. минутка «Каша- малаша», игры«Витаминные шашки», «Каша», «Вредные и полезные мясные продукты;

- наглядные: рассматривание, показ способов действия;

- словесные: ответы на вопросы, словесные указания, речевые ситуации.

Материалы и оборудование:

большой конверт с открыткой (связанной ленточкой), аудиозапись песни А. Лепина «Песня о хорошем настроении» с новыми словами; дорожка здоровья, деревянная стойка с табличкой «Направо пойдёшь - чипсы найдёшь. Налево пойдёшь – конфеты найдёшь. Прямо пойдёшь - здоровье найдёшь»; дидактическая игра «Витаминные шашки», контурные изображения овощей и фруктов; цветные карандаши, мультимедийная доска, слайд с изображением различных продуктов питания; разные

молочные каши в тарелках, одноразовые ложки (по количеству детей); картинки сизображением круп и растений, два мяча разного цвета, буклеты о правильном питании.

|  |  |
| --- | --- |
| **Детская деятельность** | **Формы и методы организации совместной деятельности** |
| *Двигательная* | Физминутка «Каша-малаша» |
| *Коммуникативная* | Беседа, словесные игры, вопросы. |
| *Игровая* | Игры «Витаминные шашки», «Каша», «Вредные и полезные мясные продукты». |

Логика образовательной деятельности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Деятельность воспитателя | Деятельность воспитанников |
| Мотивация          1.                         2.                                                              3.                                               4.                                                                                                                                                      5.                                                                                          Итог. Рефлексия. | Воспитатель заносит в группу большой конверт и говорит, что в детский сад пришло письмо для детей группы. Открывают конверт и находит там открытку.  - Ребята, посмотрите: на листе нарисованы ноты и ничего не написано. Как вы думаете, что бы это значило?   Я догадалась! Это, наверное, музыкальная открытка. Давайте попробуем её развязать и открыть.    Вы внимательно слушали песню? Что нужно делать, чтобы быть здоровыми?    Вы хотите быть здоровыми?      Тогда мы сейчас отправимся искать путь к здоровью. А вот и волшебная тропинка, пойдёмте по ней.      Ребята одним из главных условий здоровья является правильное питание. Почему вы так думаете?  Правильно, поэтому мы сами должны заботиться о своём здоровье и уметь выбирать полезные продукты.      Вы знаете, какие витамины содержат овощи и фрукты?            Игра «Витаминные шашки».  давайте поиграем в игру витаминные шашки, давайте разделимся на две команды – «Овощи» и «Фрукты» (овощи на чёрных клетках, фрукты на белых). Вот перед вами шахматное поле из овощей и фруктов. А здесь- шашки с названиями витаминов А, В, С, Е. Игроки из каждой команды должны по очереди выбирать витамин и сделать ход (поставить витамин на тот овощ или фрукт в котором он содержится), затем рассказать об этом продукте (опираясь на схему), и о том, какую пользу этот витамин приносит.    Вот мы выяснили, что все овощи и фрукты полезны, потому что содержат много витаминов. А сейчас мы закрепим знания о витаминах. Выберите любую картинку и раскрась те овощи и фрукты: красным - в которых есть витамин А, зелёным – витамин С, синим- витамин В, жёлтым- витамин Е. Если в овоще и ли фрукте два витамина можно раскрасить двумя цветами. Можно использовать подсказки. (На доске находятся буквы А, В, С, Е из фруктов и овощей и указан цвет, которым этот витамин нужно раскрасить)    На мультимедийной доске появляется слайд с изображениями различных продуктов.   Ребята посмотрите, как много продуктов! Назовите продукты, приготовленные из молока.      А какое молочное блюдо вы едите на завтрак в детском саду?    Давайте с вами перед следующим заданием немного разомнёмся  Физкультминутка «Каша-малаша»                                                                               Игра «Каша»  Посмотрите, перед вами стоят тарелки с разными кашами. Вам надо решить такую задачу. Сначала на вкус определить, какая это каша. Потом найти картинки, которые показывают, из чего можно сварить эту кашу,- из какого растения, из какой крупы. Затем нужно составить пример и выложить на столе из нужных картинок решение этого примера. Распределитесь по парам и начинайте выполнять задание.    Чем же полезны молочные продукты? Почему их нужное есть каждый день?       Игра «Вредные и полезные мясные продукты».  Мы повторили, чем полезны овощи и фрукты, молочные продукты, а сейчас я вам предлагаю поиграть в игру «Вредные и полезные мясные продукты». Давайте встанем на коврик по кругу, вот вам два мяча: один жёлтый, другой- синий. У кого синий мяч, передаёт его другому ребёнку и называет полезные мясные продукты. А у кого желтый – вредные мясные продукты.       Какой длинный путь к здоровью мы проделали! Теперь вы знаете как правильно питаться. «Есть такое выражение предупреждён- значит вооружен» Как вы его понимаете?     Иногда можно съесть и конфетку, и тортик, и чипсы. Главное, чтобы они не заменяли полезные продукты.  Что вы расскажите родителям о здоровом питании, когда придёте домой?          Молодцы, как много вы запомнили!  А нашим гостям мы подарим буклеты, чтобы им легче было рассказать родным и знакомым, как правильно питаться. | Дети встают в круг и отвечают на вопрос воспитателя        Слова новой песни, письмо от музыкантов      Дети развязывают ленточку и открывают открытку. Слушают песню о правильном питании      В песне поётся, что нужно правильно питаться. Это будет верный путь к здоровью    Да!      Дети идут по «дорожкам здоровья» и выходят к указателю. Выбирают направление: если они хотят быть здоровыми, то надо идти прямо. Останавливаются около игрового поля.    Потому что если есть вредные продукты можно заболеть. Не будет сил играть, заниматься.            Овощи и фрукты содержат разные витамины. Самые известные- это витамины А, В, С, Е.          Дети по очереди (по одному игроку от каждой команды) делают ход- ставят шашку с витамином на понравившуюся картинку и составляют описательный рассказ о выбранном фрукте или овоще  по схеме. Затем говорят, какой витамин в нём содержится и какую пользу приносит (А- витамин роста, улучшает зрение, В- способствует росту костей и мышц, С-помогает бороться с простудными заболеваниями, Е-укрепляет кровеносные сосуды)        Дети выбирают контурные картинки с изображением овощей и фруктов, рассматривают подсказки и закрашивают картинки в соответствии с содержанием в них витаминов.                                Дети отвечают: творог, кефир, йогурт, сметана, масло сливочное, сыр, ряженка, творожный сырок.    На завтрак мы едим молочную кашу.    Дети проговаривают слова и повторяют движения физкультминутки  Каша-малаша, ты так хороша,  (Правая рука сжата в кулак, выполнять перед собой небольшие помешивающие движения (как будто мешаем кашу в кастрюльке ложкой)  Если добавить стакан молока.  (Левой рукой, как будто держащей стакан молока,«вылить» его в воображаемую кастрюльку  Масло и сахар мы в кашу кладем  (Правой рукой положить в кастрюльку «масло», затем левой рукой - «сахар»)  И эту кашу деткам даем.  (Дети подносят обе ладони ко рту)  Каша-малаша, ты так хороша,  (Правая рука сжата в кулак, выполнять перед собой размашистые движения, помешивая «кашу»)  Если добавить кувшин молока.  (Двумя руками, как будто держащими кувшин молока, «вылить» его в воображаемую кастрюлю)  Масло и сахар мы в кашу кладем.  (Правой рукой положить в кастрюлю «масло», затем левой рукой - «сахар»)  И эту кашу взрослым даем.  (Дети подносят обе ладони ко рту взрослых)  Каша-малаша, ты так хороша,  (Две руки сжаты в один кулак, выполнять перед собой широкие размашистые движения, помешивая «кашу»)  Если добавить ведро молока.  Двумя руками, как будто держащими ведро молока,  «вылить» его в воображаемую кастрюлю)  Масло и сахар мы в кашу кладем  (Правой рукой положить в кастрюлю «масло», затем левой рукой - «сахар»)  И эту кашу великанам даем.  (Поднять обе руки вверх и показать «великана»)    Дети работают в парах: пробуют на вкус, предложенную кашу называют её. Затем один ребёнок подбирает растение, а второй крупу, из которых получается названная каша (манная каша: растение-просо, крупа-пшено; овсяная каша: растение овёс, крупа-овсяные хлопья), составляют примеры.          Молочные продукты укрепляют кости, а если их ещё и постоянно есть, то зубы будут белые, красивые и не будут болеть.      Дети встают в круг и играют. (Полезные мясные продукты: мясная котлета, куриная котлета, курица, печень, говядина, телятина.  Вредные мясные продукты: сосиски, копченная колбаса, свинина, утка, сало.)                          Мы теперь знаем, что есть продукты, которые наносят вред организму, и не будем их есть.  А если очень захочется чипсов или конфеток?      Дети по цепочке рассказывают о том, что узнали на занятии, делятся впечатлениями.              Дети раздают буклеты. |