МБДОУ «Зырянский детский сад» Зырянского района

**КОНСПЕКТ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ: ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОЕ**

**ТЕМА НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: «ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»**

Возрастная группа: старшая

Выполнил:

Носикова Татьяна Александровна, воспитатель

2024г

***Направление развития:*** познавательно-речевое

***Доминирующая образовательная область:*** познание

***Тема непосредственно образовательной деятельности:*** «Правила здорового питания»

***Возрастная группа:*** старшая.

***Методы и приемы:***

Методы формирования сознания (фронтальная беседа)

Методы организации деятельности и формирования опыта поведения (игра, упражнения на развитие эмоциональной сферы)

Методы стимулирования поведения (поощрение)

Методы контроля, самоконтроля и самооценки (опрос, умения и навыки игровой деятельности)

Методы здоровьесбережения, сохранения и укрепления здоровья (подвижные игры, передвижение по группе)

Интеграция образовательных областей: «коммуникация», «познание», «музыка»

***Вид детской деятельности:*** игровая, коммуникативная, двигательная, познавательно-исследовательская.

***Цель:*** закрепление знаний  старших дошкольников о правильном питании  в игровой форме.

***Задачи воспитания:***воспитывать доброжелательность и эмоциональную отзывчивость; навыки сотрудничества.

Задачи развития: развивать логические приемы (анализ, синтез, сравнение) мышления, конструктивной и  поисковой деятельности; зрительное внимание и восприятие, координации речи с движением, общих речевых навыков, мелкой моторики рук;  коммуникативные умения и навыки индивидуальной и групповой работы.

Задачи образования: закреплять умение детей ориентироваться на ограниченной плоскости; располагать предметы в указанном направлении, отражать в речи их пространственное расположение (слева, справа, вверху, внизу и т.д.); закрепить знание чисел первого десятка; закрепить представление о последовательности частей суток; уточнить знания об известных геометрических фигурах (круг, квадрат, прямоугольник, треугольник, овал).

***Планируемые результаты:***

Личностные: любознательный; активный; эмоционально отзывчивый; коммуникативный

Интеллектуальные: установление причинно-следственных связей при характеристике явлений и предметов, развитие мышления, начальные математические представления

Физические: двигательная активность, умения  и навыки здоровьесбережения

Организация среды для проведения непосредственно образовательной деятельности детей: музыкальное сопровождение, мольберт, эмблемы, карточки с изображением яблока в углах и в центре для ориентировки на листе бумаги на каждого ребёнка, картинки на тему «продукты» для игры «Составь меню на день», фишки в виде геометрических фигур, набор посуды для игры «Сервировка стола»; письмо от Незнайки;  фотография Незнайки, разрезные картинки (6 – 9 частей) «Полезные продукты питания» + образец; гелиевый шар

Подготовка к непосредственно образовательной деятельности в режимные моменты: беседа с детьми «Полезных и вредных продуктах питания»; «Кока-кола: польза или вред?»; просмотр мультфильмов на тему «Продукты питания»; разучивание пальчиковой  игры на тему: «Продукты питания»; заранее подготовленный эксперимент «Как разные жидкости влияют на наши зубы» (за сутки до проведения занятия): 3 яйца поместить в емкости с разными жидкостями – в воду, молоко и Кока-колу (результат дети должны узнать в конце занятия)

Дифференцированный подход: разрезные картинки

Время проведения: 25 минут

Конспект содержания непосредственно образовательной деятельности

Организационный момент. Создание эмоционального фона восприятия картины.

*Воспитатель:* Ребята! Сегодня у нас гости, давайте их поприветствуем *(дети здороваются, встают в круг)*. И поприветствуем друг друга:

*Встанем мы в кружочек дружно,  
Поздороваться нам нужно:  
Говорю вам всем «Привет!»  
Улыбнитесь мне  в ответ.  
Здравствуй правая рука,  
Здравствуй левая рука,  
Здравствуй друг, здравствуй друг,  
Здравствуй весь наш дружный круг.*

Ребята, вы все сказали одно  слово: «Здравствуйте!» Как вы думаете, что оно означает? *(ответы детей)* Да, это не простое слово, а волшебное, ведь когда мы его произносим, то мы с вами желаем друг другу здоровья и дарим другим частичку здоровья. Давайте еще раз вместе произнесем это волшебное слово: «Здравствуйте!»

**Психогимнастика.**

**Цель.**Настрой на работу**.**

|  |  |
| --- | --- |
| Запоминает наша голова  Важные поступки и умные слова. | *Дети гладят себя по голове.* |
| Слушаем внимательно… | *Подносят руки к ушам.* |
| Смотрим обязательно. | *Подносят руки к глазам.* |
| Взрослых не перебиваем… | *Грозят указательным пальцем.* |
| Знаний много получаем. | *Сжимают и разжимают пальцы на обеих руках.* |

( *Звучит музыка и появляется воздушный шарик с привязанным конвертом*)  
Воспитатель: ребята, откуда этот шарик появился? Там что-то привязано. Кто-то нам прислал письмо. Прочитаем его? *(да*)

*«Здравствуйте ребята! Пишет вам Незнайка.*

*У меня очень сильно болит живот и зубы. Я никак не могу понять - почему так произошло? Ведь я ел только самую вкусную пищу: пирожные, чипсы, торты, конфеты, пил кока — колу. Ребята, помогите мне пожалуйста разобраться: отчего же так получилось и что нужно делать, чтобы всегда быть здоровым?»*

- Ребята, как вы думаете, почему у Незнайки заболел живот и зубы? *(он ел вредные продукты; неправильно питался)*

-Хотите ему помочь? (да)

- Тогда, я предлагаю вам  отправиться  в страну «Здорового питания»,  жители которой приготовили для нас задания. За каждое  выполненное задание мы будем  получать правило Здорового питания и  этим правилам мы Незнайку научим, чтобы у него больше никогда ничего не болело. Но как нам попасть в эту страну? На каком транспорте можно передвигаться? *(на автомобиле, на автобусе, на поезде)*.

*Если затрудняются – загадать загадку: «Угадайте, на каком виде транспорта  мы отправимся путешествовать?* (*загадка о поезде*)»

 - Отличная идея! Давайте возьмем с собой конверт, чтобы складывать в него правила (поручить какому-нибудь ребенку нести конверт), сядем в свой волшебный поезд и отправимся в путь.

*Звучит музыка «Поезд мчится» дети приезжают к заданию 1*

2.                  *Основная часть:*

*Воспитатель:* Вот мы и в стране «Здорового питания» и первое задание.

*(Д/игра «Разрезные картинки»)*

*Воспитатель:* Ребята, посмотрите, тут лежат  конверты. Вам надо разбиться на пары по цвету и фигуре ваших эмблем на груди и взять соответствующие конверты. Открывайте конверты. Нужно собрать на доске картинки и узнаем первое правило Здорового питания.

- Лиза, что у вас получилось?

- А у вас Дима?

- У вас Вика что получилось?

-А у Миши что получилось?

- Как можно их  назвать одним словом?

*-*Какие это продукты питания?*(полезные)*

- Как вы думаете, почему эти продукты полезные? *(В них содержатся витамины и полезные вещества)*

- Для чего человеку витамины? *(Чтобы расти, не болеть)*

Молодцы, вы справились с первым  заданием! И получили за это первое правило Здорового питания – чтобы быть здоровым, нужно есть продукты, в которых много витаминов.

- Какое первое правило здорового питания мы с вами узнали? *(Нужно есть продукты, в которых много витаминов).*

*-*Саша, какому первому правилу мы научим Незнайку?*(надо есть продукты, в которых много витаминов).*

-Отлично! Кладите первое правило в конверт и отправляемся в путь.

-Какое по счету будет следующее задание? (2)

-В путь!

2. Итак, перед нами следующее задание.

*(Игра «Правила приема пищи»)*

-Ребята, а сколько раз в день мы кушаем? *(4 раза)*.

-А как называются эти приёмы пищи? *(завтрак, обед, полдник, ужин).*

-Когда завтрак? (утром) Обед? (днем)  Полдник? (после сна) Ужин? (вечером)

-Что полезно есть на завтрак? (каша, чай). На обед? (суп, рыба, компот). На полдник? (йогурт, молоко). На ужин? (тушеная капуста, салат  овощной.).

-Может быть,  попробуем составить примерное меню на день? (*Карточки-обозначения: завтрак-обед; полдник-ужин*). Распределитесь на команды  (*работа в парах, выбор партнера  по желанию*). И помните – меню должно быть полезным. *Работа парами  за столом стоя*. *Взаимопроверка. Обсуждение:*

-Что вы предлагаете нам на завтрак покушать?

- А вы что предлагаете нам на обед?

- А что мы будем есть на полдник у вас?

- А у вас мы чем поужинаем?

- Ну что ж молодцы, вот мы и узнали второе правило здорового питания – чтобы быть всегда здоровым, нужно  соблюдать режим питания.

-Какое второе правило Здорового питания? (опросить несколько детей)

-А первое правило какое?

-Верно, надо соблюдать режим и меню питания. Давайте положим это правило в конверт и отправимся дальше.

- Ребята, а куда мы поедем? (*выполнять третье задание*)

-А в какой стране мы находимся? (*в стране Здорового питания*)

- Зачем мы сюда приехали? (*узнать правила Здорового питания*)

-А зачем нам эти правила? (*чтобы помочь Незнайке*)

- Отправляемся дальше? Садимся в поезд и поехали!

Задание №3 *Д/игра «Сервировка стола»*

**а) Пальчиковая гимнастика «Стол».**

|  |  |
| --- | --- |
| У стола четыре ножки, | *показать 4 пальца на правой руке и сжать их в кулачок.* |
| Сверху крышка, как ладошка. | *накрыть кулачок левой ладошкой.* |
| **Повторить 2 раза, меняя руки.** | |

*Подходят к столу, на котором беспорядочно разбросана посуда, салфетки*

*Воспитатель:* Кажется, нас здесь не ждали… Ребята, вы бы стали обедать за таким столом?

-Почему?

-А за каким столом приятно было бы сидеть?

-А посмотрите на этот стол (*картинка с изображением сервированного стола*)

-Ребята, это называется – сервировка

- Повторите все вместе – сервировка

-Лиза повтори

-Вика повтори

*Воспитатель:* Может быть, научим Незнайку сервировать стол? Сервировать стол (*новое слово*)  значит - подготовить его для приема пищи.  Будем работать все вместе, дружно.

-Сравните свой стол с образцом.

-Приятно за таким столом кушать?

-Ребята, что мы с вами делали? (сервировали стол) *Индивидуально опросить детей.*

-Отлично! Мы выполнили задание и получаем третье правило: *Культура питания*

-Какое третье правило?

*Индивидуальный опрос*

-А первое правило какое? (*есть продукты в которых много витаминов*)

-А второе правило какое? (*соблюдать режим питания*)

-А третье правило какое мы узнали? (*соблюдать культуру питания*)

-А зачем нам эти правила? (*чтобы рассказать Незнайке*)

-А зачем Незнайке эти правила? (*чтобы он всегда был здоровым*)

*Воспитатель:* Вы не устали? Конечно, нет – вы же здоровые дети!

-Продолжаем путешествие?

-А по какой стране мы путешествуем? (*по стране Здорового питания*)

-Едем  к следующему заданию, какое оно будет по счету? (4)

Станция №4 Ориентировка на листе

Садятся за столы.

-Ребята, перед вами карточки с изображением фруктов. Как вы думаете, какое будет следующее правило? (*надо* *есть фрукты*)

-Но для того, чтобы получить это правило – нам нужно выполнить задание.

-Перед вами пеналы с геометрическими фигурами.

-Возьмите синий треугольник и закройте яблоко в левом верхнем углу.

- Красным кругом закройте яблоко в правом верхнем углу

- Желтым квадратом закройте яблоко в центре

- Зеленым прямоугольником закройте яблоко в левом нижнем углу

- Зеленым треугольником закройте яблоко в правом нижнем углу

*Взаимопроверка.*

*Сравнить с образцом. Образец на доске*

1. **Физминутка «Посуда» Н. Нищева.**

Ребята, давайте покажем, какая у нас есть посуда, становитесь в круг.

|  |  |
| --- | --- |
| Вот фарфоровые чашки  Очень хрупкие бедняжки. | *дети приседают* |
| Вот фарфоровые блюдца  Только стукни, разобьются. | *дети кружатся вокруг себя* |
| Вот серебряные ложки,  Голова на тонкой ножке. | *потягиваются, руки вверх, сомкнутъ над головой* |
| Вот пластмассовый поднос —  Он посуду нам принес. | *Большой круг руками перед собой* |
| Всю посуду берегу, | *дети наклоняются вперёд, руки разводят в стороны* |
| потому что я её люблю. | *руки на сердце* |

Отлично, молодцы! Мы справились и  с этим заданием и получаем четвертое правило Здорового питания: чтобы быть здоровым – надо есть фрукты.

-Какое четвертое правило мы узнали?

-Какое первое правило?

-А второе?

-Кто назовет третье правило?

-А четвертое правило мы какое узнали?

- Молодцы! Кладем правило в конверт и продолжаем путешествие. По какой стране мы путешествуем?

- К какому заданию мы поедем в этот раз? (*к 5)*

*-*А зачем мы туда отправимся?

-Едем.

5. Лаборатория. *Садятся за столы*

-Ребята, мы с вами попали в лабораторию. Чтобы узнать пятое правило здорового питания, нам нужно провести эксперимент: «Как разные жидкости влияют на наши зубы»

-Ребята, как часто вы пьѐте газированный напиток «Кока- кола»?

- Почему?

-А как вы думаете, она полезна для здоровья человека?

- Давайте разберемся, стоит ли пить этот вкусный напиток.

- Помните, на прошлой неделе мы с вами провели эксперимент?

-Почему мы взяли для опыта именно яйцо?

- Расскажите об эксперименте, что мы делали? *(погрузили одно яйцо в воду, другое яйцо в молоко, а третье яйцо поместили в Кока-колу)*

-Вика, достань пожалуйста яйцо из воды

-Дима достань яйцо из молока

- Полина достань яйцо из кока-колы

-Что вы можете сказать? (*яйца в воде и молоке остались белыми,  а в кока-коле: окрасилось)*

- Какой вывод мы можем сделать? *(Скорлупа, погруженная в напиток Кока-Кола - потемнела, окрасилась в коричневый цвет, появились неровности и шероховатости, она стала хрупкой,  а скорлупа, находящаяся в воде и молоке -  не изменилась; от напитка «Кока-Кола» зубы, так же как и яичная скорлупа, могут темнеть и портиться)*

*-*Ребята, какое пятое правило мы узнали? (*чтобы зубы были здоровыми – не надо пить газированный напиток «Кока-Кола», а надо пить молоко  и воду*)

- А какое первое правило Здорового питания?

-А второе правило?

-Третье правило кто назовет?

-Кто знает четвертое правило здорового питания?

-И пятое правило которое мы узнали?

-Кладем пятое правило в конверт.

-Ну вот, наше путешествие по стране Здорового питания подошло к концу и нам пора возвращаться в детский сад. Садимся в поезд, едем!

Заключительная часть

*Рефлексия:*

*Воспитатель:*

- Где мы с вами побывали?

- Что там делали?

- Расскажите, какие правила здорового питания мы сегодня узнали? *(рассматривают картинки)*

- Зачем Незнайке  эти правила? *(если он будет их  соблюдать - у него никогда больше не будет болеть живот и зубы)*

- Что было самым сложным для вас?

- Что  показалось легким?

- Что больше всего понравилось?

- Что нового вы узнали? *(что вкусная кока-кола вредно действует на организм человека)*

- Давайте отправим правила Здорового питания Незнайке (*привязываем к шарику)*

- Пойдем отпускать шарик?