Конспект НОД «Еда полезная и не очень»

(старшая группа)

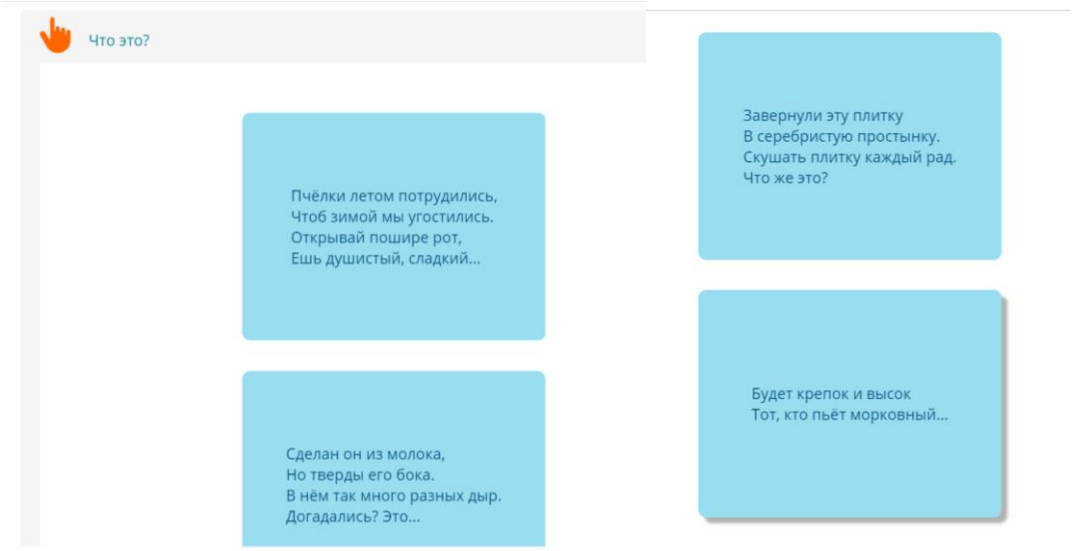
Смысловые ориентиры работы с объектом

Объект «Светофор здоровья» направлен на расширение представлений детей о вредной и здоровой пище, формирование основ здорового образа жизни.

Объект «Где найти витамины?» направлен на расширение представлений детей о витаминах, содержащихся в пище, формирование основ здорового образа жизни.

Начало работы с объектами

Воспитатель может начать занятие с загадок о продуктах питания.



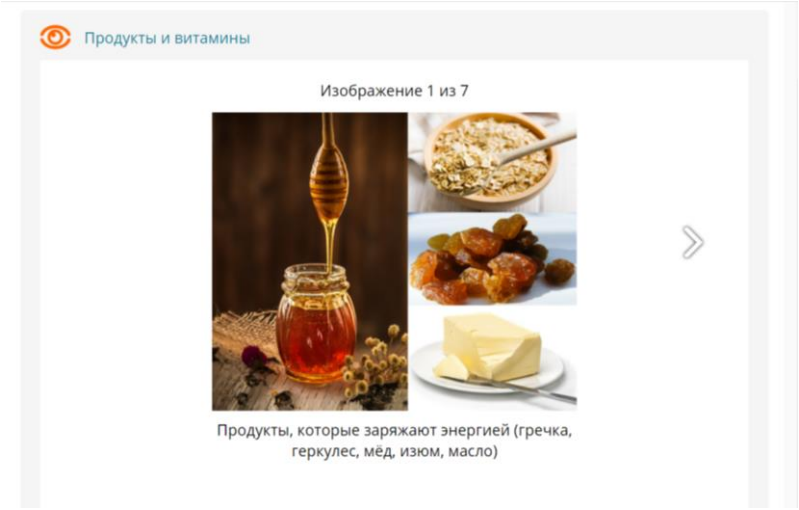
После загадывания загадок воспитатель спрашивает, как одним словом можно назвать то, о чём были загадки. *(продукты)*

Воспитатель спрашивает, какие продукты у ребят самые любимые, даёт возможность каждому высказаться о своих гастрономических предпочтениях.

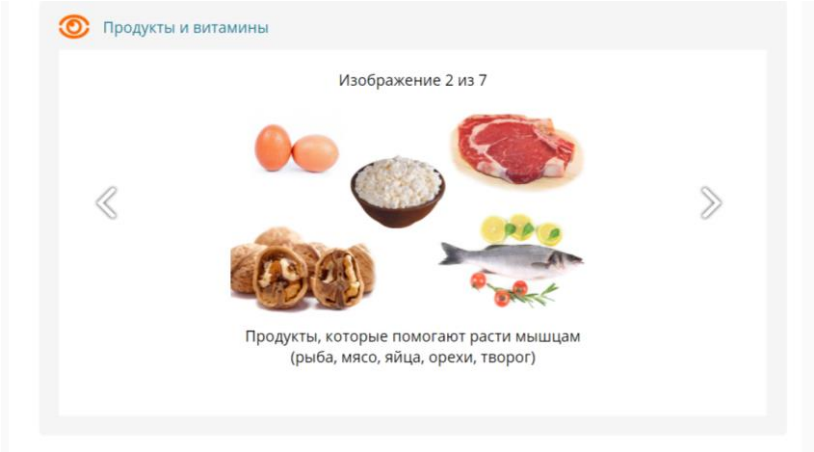
Воспитатель спрашивает:

- Какую пользу приносят продукты?
- Все ли продукты полезны?

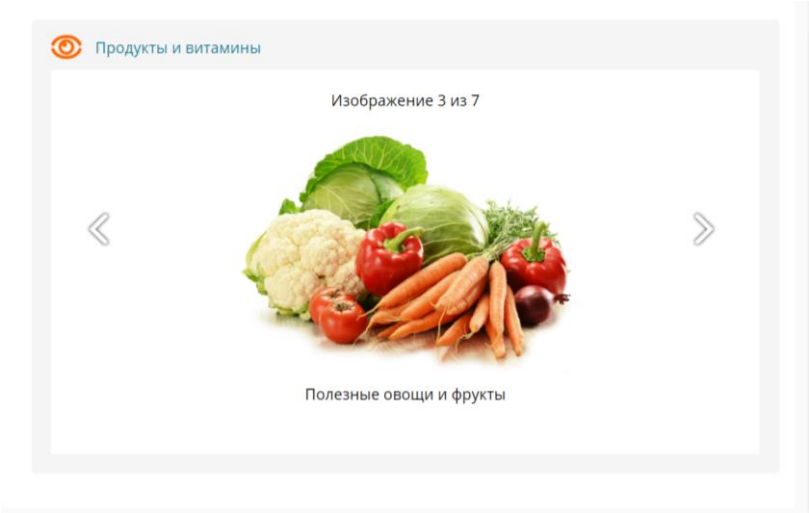
Воспитатель рассказывает, что есть продукты, которые заряжают нас энергией. Предлагает подумать, что это могут быть за продукты. Воспитатель демонстрирует слайды с продуктами, которые придают силы *(гречка, геркулес, мёд, изюм, масло)*.



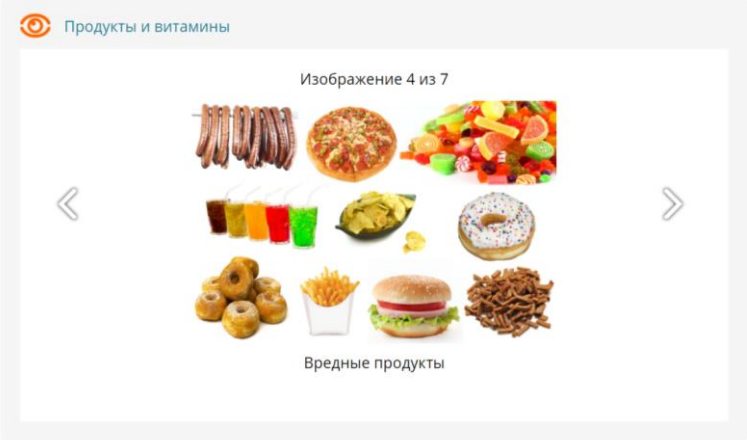
Воспитатель рассказывает, что есть продукты, которые помогают расти мышцам, делают нас сильными, помогают расти. Воспитатель демонстрирует слайды с изображением следующих продуктов: *рыба, мяса, яиц, орехов, творога.*



Воспитатель рассказывает, что овощи и фрукты очень богаты витаминами. Витамины укрепляют здоровье, помогают не заболеть. Воспитатель демонстрирует слайды с овощами и фруктами.



Воспитатель рассказывает, что есть продукты, которые не придают сил, не помогают нам расти и не содержат витаминов, но содержат очень много жира, острых приправ, химических добавок или сахара. **Эти продукты не приносят пользы.** Они ослабляют иммунитет, способствуют развитию заболеваний желудка и других органов.

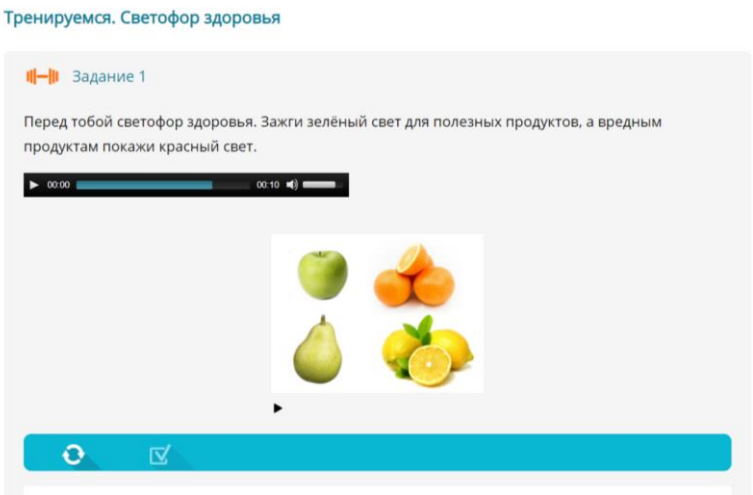


Хотя они и вкусные, но есть их нужно как можно реже, а лучше не есть вообще. Воспитатель демонстрирует слайды с вредными продуктами.

Продолжение работы с объектами

Интерактивный этап

Воспитатель открывает ресурс «Светофор здоровья» и предлагает выполнить задание объекта.



Если группа работает в режиме 1 : 1 (один воспитанник — один компьютер/планшет), то задание ресурса ребята могут выполнять самостоятельно в удобном темпе. Если используется интерактивная доска, то ребята передают друг другу ход.

После выполнения интерактивного задания воспитатель предлагает физкультминутку.

Физкультминутка

Сумку в руки мы берём,	(берут воображаемую сумку)
В магазин с тобой идём.	(шагают на месте)
В магазинах же на полках	(поднимают руки вверх)
Не шарфы и не футболки.	(отрицательно покачивают головой)
Вкусно пахнет здесь всегда,	(поворот головы вправо, влево)
В доме — вкусная еда.	(«дом» над головой)

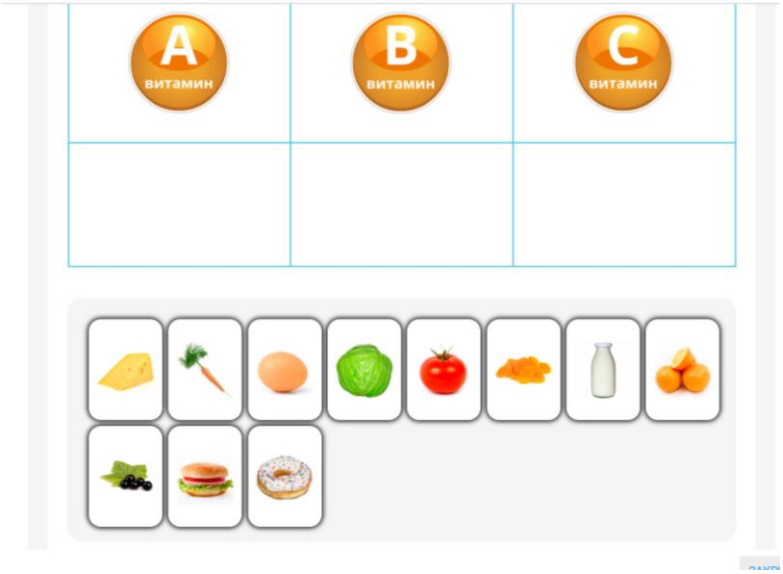
Воспитатель спрашивает ребят:

- Что вы знаете про витамины?
- Какие витамины вы знаете?

Воспитатель рассказывает, что витамины могут содержаться не только в овощах и фруктах, хотя в них витаминов больше всего. Воспитатель предлагает посмотреть, в каких продуктах какие витамины содержатся.

Далее воспитатель предлагает проверить, смогут ли дети найти продукты, содержащие тот или иной витамин, и приглашает ребят в магазин.

Воспитатель открывает ресурс «Где найти витамины?» и предлагает выполнить задание объекта.



Если группа работает в режиме 1 : 1 (один воспитанник — один компьютер/планшет), то задание ресурса ребята могут выполнять самостоятельно в удобном темпе. Если используется интерактивная доска, то ребята передают друг другу ход.

Далее воспитатель может предложить игру «Что готовят из...».

Завершение занятия

В завершение занятия можно предложить детям задание **«Нарисуй вкусный и полезный обед для своей семьи»**.

Можно также предложить детям игру в магазин. Для этого нужно заготовить муляжи или упаковки как полезных, так и вредных продуктов. В игре важно дать детям возможность объяснить свой выбор продуктов.