**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №22 комбинированного вида»**

**Консульнация**

**на тему: «Полезные и вредные продукты»**

**(в рамках педсовета №3)**

**Подготовила и провела:**

**воспитатель Мясина О.В.**

**Саранск, 2022**

**Тема:** полезные и вредные продукты.

**Цель:** Формировать представление детей о пользе и **вреде продуктов питания**.

**Задачи:**

*Образовательные:* Учить детей понимать в чем польза, а в чем **вред некоторых продуктов питания,** осознанно подходить к выбору продуктов питания; систематизировать и обобщить знания детей о продуктах питания; закрепить представление детей о значении питания в жизни человека.

*Развивающие*: расширять знания о здоровом питании; помочь детям правильно ориентироваться в ассортименте продуктов; активизировать познавательную деятельность воспитанников, их интеллект, память, внимание, слух; развивать у детей чувство уверенности во время выступления.

*Воспитательные:* воспитывать сознательное отношение к здоровому питанию; подвести дошкольников к пониманию, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми; воспитывать дружеские отношения между детьми, умение работать в команде.

**Интеграция образовательных областей.**

1. ОО «Социально - коммуникативное развитие» : продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми, рассказывать о ситуациях опасных для жизни и здоровья.
2. ОО «Познавательное развитие»: расширять представления детей о частях суток, их характерных особенностях, последовательности; создать условия для расширения представлений детей об объектах окружающего мира; совершенствовать тактильные, слуховые, вкусовые ощущения детей, развивать наблюдательность и внимание.
3. «Речевое развитие»: Продолжать работу по обогащению словарного запаса детей; развивать умение поддерживать беседу, совершенствовать диалогическую форму речи. Пополнять и активизировать словарь детей на основе углубления знаний о вредных и полезных продуктах.
4. ОО «Физическое развитие». Формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения при физминутке и подвижной игре. Способствовать к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

**Методические приемы:** организационный момент, художественное слово, сюрпризный момент, вопросно-ответная беседа, дидактическая игра («Какая каша? Какой суп?», «Четвертый лишний»), артикуляционная гимнастика («Вкусное варенье», «Карамелька за щекой»), объяснение, показ, пояснение, напоминание, подвижная игра, гимнастика для глаз, рефлексия.

**Используемые формы организации познавательной деятельности детей:** на занятии используется фронтальная форма организации деятельности детей. Индивидуально-дифференцированный подход осуществляется к детям, испытывающим трудности при выполнении каких-либо заданий.

**Материалы и оборудование:** конверт с письмом,разрезная картинка с изображением Карлосона, корзина, обручи, макеты продуктов, мяч.

**Словарная работа:** сладкоежка, продукты, питание, завтрак, обед, полдник, ужин,

**Предварительная работа:** чтение детям сказки А. Линдгрен, заучивание гимнастики для глаз, артикуляционной гимнастики.

**Ход занятия.**

- Какие вы сегодня красивые и весёлые! Давайте подарим частичку своего тепла, взявшись за руки и улыбнувшись друг другу. (Дети стоят в кругу)

- Станем рядышком, по кругу,

Скажем «Здравствуйте!» друг другу.

Нам здороваться ни лень:

Всем «Привет!» и «Добрый день!»;

Если каждый улыбнётся –

Утро доброе начнётся.

- А теперь поздоровайтесь с нашими гостями.

- Присаживайтесь на стульчики.

- Сегодня, когда я шла на работу, мне повстречался почтальон. Он передал мне вот такой конверт, на котором написанно, что письмо адресованно детям средней группы. Давайте посмотрим, что там написанно.

Читает: «Здравствуйте, дети! Я очень люблю сладкое. Могу съесть сладкого сколько угодно. Но почему-то не могу есть суп или картошку с котлетой. Может потому, что у меня часто болят зубы и живот? А у вас такое бывает? Если нет, то объясните мне, почему со мной так происходит. »

- Для того чтобы узнать, от кого письмо, давайте соберем картинку с портретом автора.

(Собирают разрезную картинку с изображением Карлосона.)

- Узнали, кто это? (ответы детей)

- Правильно, это самый главный сладкоежка! Давайте поможем Карлсону.

Сегодня мы поговорим о том, как мы питаемся в садике, какие есть полезные продукты, и научим Карлсона правильно питаться.

- Нам предстоит трудная работа, мы с вами будем играть, отвечать на вопросы, поэтому давайте сначала пиграем с нашими язычками.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

- Скажите, что больше всего любит Карлосон? (ответы детей)

- Правильно – варенье! Давайте сделаем упражнение «Вкусное варенье». (2-3 раза)

- А что еще он любит? (ответы детей)

- Конечно – конфеты! Выполним упражнение «Карамелька за щекой». (2-3 раза)

- Давайте разбираться, почему у Карлсона болят зубы и живот и он не может есть кашу. Скажите, Карлсон правильно питается? (ответы детей)

- Почему не правильно? (ответы детей)

- Молодцы! Он ест много сладкого, поэтому Карлсон и болеет. А чтобы расти здоровыми, сильными и ловкими как надо питаться, какую пищу кушать? (ответы детей)

- Правильно, чтобы вырасти большими и здоровыми, надо есть **разнообразные полезные продукты**. Научим Карлсона правильно питаться. Согласны?

органи

-А вы знаете о том, что не все **продукты полезны**?(ответы детей)

- Есть много вкусных **продуктов**, но очень **вредных** для нашего зма. Но есть большое количество и **полезных продуктов**.

ИГРА «ВОЛШЕБНАЯ КОРЗИНА»

- Посмотрите, на столе корзина с продуктами. В ней и вредные и полезные продукты.

Мы разделимся на две команды. Одна будет относить вредные продукты в желтый обруч, а другая – полезные продукты в зеленый обруч.

- Молодцы! Все продукты разложили правильно.

Садитесь на свои места.

*- Лимонад и конфеты очень сладкие, они разрушают зубы, поэтому считаются****вредными продуктами****. В яблоках и моркови много витаминов, поэтому они****полезные****. В молоке и сыре есть кальций, который необходим для роста и укрепления костей, поэтому все молочные****продукты полезные****.*

- А сейчас нашим глазам надо отдохнуть.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

«Глазкам нужно отдохнуть.» (закрывают глаза)

«Нужно глубоко вздохнуть.» (глубокий вдох. Глаза все так же закрыты)

«Глаза по кругу побегут.» (глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

«Много-много раз моргнут» (частое моргание глазами)

«Глазкам стало хорошо.» (легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

«Увидят наши глазки все!» (глаза распахнуты. На лице широкая улыбка)

-Дети, как вы думаете, в детском саду повара готовят для вас **полезную еду**? (Ответы детей).

- Скажите, как называется прием пищи утром? (Ответы детей)

- А днем? Когда вы позанимались, поиграли…. (Ответы детей)

- После тихого часа? (Ответы детей)

- А вечером? (Ответы детей)

- А что обычно повара готовят вам на завтрак? А каша это **полезная еда**?

( Ответы детей)

- Каша - это **полезная еда**, которая поможет вам вырасти здоровыми и сильными.

-А что вы едите на обед? (Ответы детей)

- Давайте вспомним, какая бывает каша и какой бывает суп. Вставайте в круг.

Д/ИГРА С МЯЧОМ «КАКАЯ КАША? КАКОЙ СУП?»

- Сейчас я буду бросать вам мяч и говорить из какой крупы каша или из чего суп, а вы будете кидать мяч мне и говорить, какая эта каша или какой это суп. (дети стоят по кругу, воспитатель бросает мяч поочередно кождому ребенку со словами «Каша из .... крупы какая?», «Суп из ... какой?» )

- Чтобы Карлсон хорошо запомнил какие **продукты полезные**, а какие **вредные** давайте мы с вами напомним ему ещё раз.

Д/ИГРА «ЧЕТВЕРТЫЙ ЛИШНИЙ»

- Я буду называть **продукты**, а вы внимательно слушайте.

- Суп, лимонад, каша, салат. (Ответы детей)

- Морковь, капуста, помидор, чипсы. (Ответы детей)

- Чипсы, лимонад, сухарики, яблоко. (Ответы детей)

- Молодцы, я думаю теперь то Карлсон точно запомнил, какие **продукты надо есть, чтобы не болел живот**, а какие не желательно.

- Давайте для Карлосона соберем в корзину полезные продукты и отдадим почтальону.

ИГРА «ПОСЫЛКА ДЛЯ КАРЛОСОНА»

(Дети берут из обруча по одному полезному продукту и кладут в корзину)

- Рефлексия.

Молодцы! Я думаю, что Карлосону обязательно понравится наш подарок! Наше занятие подошло к концу.

Чем вам больше всего понравилось заниматься? (ответы детей)

Что было для вас самым трудным?(ответы детей)

Мне очень понравилось как вы занимались! Скажите нашим гостям «До свидания!» и вас ждет полезное угощение!