|  |
| --- |
| Конспект детско-родительского развлечения «Вредные и полезные продукты» |
|

|  |
| --- |
| Подготовила и провела воспитатель Сарычева В.В., логопед Петрова О.В.Цель: воспитание у детей представления о рациональном питании как составной части культуры здоровья.Задачи: Познавательные: • Дать детям знания о пользе витаминов, их значении для деятельности организма (у того, кто ест фрукты и овощи всегда хорошее самочувствие, потому что больше всего витаминов находится в овощах и фруктах). • Научить ребенка осознанно подходить к своему питанию. • Формировать у детей знания о полезных и не очень полезных продуктах, а так же гигиенических требованиях употребления пищи. • Закреплять знания о роли продуктов в сохранении и укреплении здоровья, как они влияют на рост, зрение, вес. • Обучать оценивать продукты как очень полезные (те, которые нужно есть ежедневно); полезные, но употребляемые не каждый день; и те, которые есть можно, но нечасто. • Формирование у детей представления об использовании продуктов в качестве кладовой витаминов зимой и осенью. Воспитательные: • Уточнить и закрепить правила здорового питания. • Прививать навыки культуры здорового образа жизни. • Воспитывать сознательное отношение к здоровому питанию. • Воспитывать сплочённость детского и родительского коллектива. • Формирование у дошкольников представления о гигиене и режиме питания. • Воспитывать желание заботиться о своем организме. Коррекционно - развивающие: • Формирование диалогической речи у детей через работу в командах. • Вырабатывать у детей чувство уверенности во время выступления. • Коррекция внимания, памяти и мышления. • Дифференциация звуков [С] - [Ш] в связной речи. • Воспитание умения следить за собственной речью. • Развитие фонематического восприятия. • Развитие речевого дыхания во время исполнения стихотворений, диалогов в стихах, потешек, пословиц, песен, частушек. • Учить согласовывать речь с движением. • Заинтересовать детей и родителей вопросами правильного питания. Предварительная работа: заучивание стихотворения, пословиц, рисование рисунков на тему «Мои любимые продукты», какие продукты относятся к витаминам А, В, С, D. Работа с родителями: родители и дети заранее делятся на команды, придумывают девиз и название команд, готовят маленький салатик на дегустацию (один на команду); пишут на листочке, какие ингредиенты входят в салат. Выбираем и разучиваем вместе с детьми частушки. Узнаём информацию и рассказываем детям, какие витамины и продукты необходимы человеку для роста, зрения, памяти, чтобы не стареть, чтобы развивались кости и зубы, чтобы не набирать лишний вес. Готовимся к выставке детских рисунков по теме: «В царстве полезных и вредных продуктов» (критерии: творчество и выдумка, какой вред наносят вкусные продукты на человека и т.д.). Ход развлечения. I. Логопед: Дети, что самое главное у человека? («Здоровье»). Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье? Дети отвечают, стоя в кругу, передавая волшебную палочку. II. Воспитатель: У нас сегодня необычное занятие. Мы будем говорить о питании: о полезных и вредных продуктах. Наше занятие будет проходить в форме соревнований между двумя командами. За правильные ответы команда получает фишку. Дети, предлагаю вам поиграть в игру «Полезное – вредное». Вы будете передавать по кругу «волшебную палочку» и называть полезные продукты. А в обратную сторону – называть вредные для человека продукты. Получается, что самые вкусные продукты – они и самые вредные. (Дети передают палочку и называют полезные и вредные продукты).   1. Стой, дружок, остановись! Стой! Стой! Стой! Пищи жирной воздержись, ой, ой, ой! Ты запомни навсегда - это вредная еда, Да-да-да! Да-да-да! Припев: Пищей сладкою, шоколадкою ты не увлекайся. Очень острого и соленого ты остерегайся. Только овощи и фрукты - вот полезные продукты, Очень вкусные продукты, да-да-да! 1. Сахар сладкий - Это твой белый враг. Вкус обманчив наш порой, Так, так, так. Ты запомни навсегда - Это вредная еда. Да, да, да (2 раза). Припев. III. Дети садятся за столы по командам: поделились на команды заранее. Дети и взрослые представляют свои команды: название команд, проговаривание девизов. IV. Логопед: «Уважаемые родители, к вам вопрос: назовите любимую еду детства». V. Воспитатель: Во многих продуктах есть вещества, которые очень важны для нашего здоровья и жизни. Они называются .. (витамины). Живут эти витаминки в стране «Витаминия» и главный король Витаминоед.Витаминоед: Здравствуйте, ребята! Долго я шел и наконец - то добрался до вас. Я хочу рассказать вам о своих друзьях. Никогда не унываю, И улыбка на лице, Потому что принимаю Витамины А, В, С, Если вы будете мало принимать витаминов, то будете плохо расти. Вы не будете бегать, прыгать, веселиться, потому что у вас просто не будет сил. И поэтому к вам будут приставать всякие злючки-болячки, и с ними трудно будет бороться. Ой, а я своих друзей Витаминов вижу среди вас. Идите ко мне, мои друзья. VI. Логопед: Ребята, Витамины на организм человека влияют по - разному. Давайте мы их послушаем. Витамин А. Я, Витамин А, очень важен для зрения. Я есть в моркови, абрикосах, арбузах. Помни истину простую Лучше видит только тот, Кто жует морковь сырую Или сок морковный пьет Витамин В. Я, Витамин В, помогаю сердцу, чтобы оно хорошо работало. Я есть в черном хлебе, в мясе, геркулесе. Очень важно спозаранку Есть за завтраком овсянку. Черный хлеб полезен нам И не только по утрам. Витамин С. Я, Витамин С, укрепляю ваш организм, помогаю бороться с простудами. Я есть в апельсинах, лимонах, капусте, в петрушке, в шиповнике. От простуды и ангины Помогают апельсины. Ну а лучше есть лимон, Хоть и очень кислый он. Витамин D. А я, Витамин D, делаю ваши ноги и руки крепкими, укрепляю кости. Я есть в рыбьем жире, яйцах, молоке. Рыбий жир всего полезней. Хоть противный - надо пить. Он спасает от болезней. А вам без них лучше жить. VII. Воспитатель:: Спасибо вам, король Витаминоед и милые Витаминки, садитесь, будьте нашими гостями. VIII. Логопед: Дети, на полянке ждут нас необычные гости. Физминутка. На полянку чтоб попасть Всем сначала надо встать, Хлопнуть, топнуть и нагнуться, Вновь подняться, улыбнуться. Тихо сесть, глаза закрыть, Обо всем на миг забыть. (На полянке находятся игрушки: Незнайка, Карлсон, Мальчик с пальчик, Баба Яга). IX. Логопед: А сейчас мы поможем сказочным героям выбрать продукты, которые необходимы именно им, чтобы они тоже были здоровыми. • Maльчикy-c-пaльчикy, чтобы подрасти нужно... (морковь, яйца, рыбу). • Карлсону, чтобы не набирать лишний вес, нужно... (сок, капуста, помидор, фрукты). • Незнайке, чтобы ничего не забывать, нужно... (молоко, орехи, шоколад). • Бабе Яге, чтобы развивались кости и зубы, и чтобы не старела нужны (D: E ). Молодцы, ребята, помогли всем героям. Пальчиковая гимнастика: «Повар» «ПОВАР» Повар готовил обед, (Ребром ладони дети стучат по столу.) А тут отключили свет. Повар леща берет (Загибают большой палец на левой руке.) И опускает в компот. Бросает в котел поленья, (Загибают указательный палец.) В печку кладет варенье. Мешает суп кочерыжкой, (Загибают средний палец.) Угли бьет поварешкой. (Загибают безымянный палеи.) Сахар сыплет в бульон. (Загибают мизинец.) И очень доволен он! (Разводят руками.) (О. Григорьев). X. Воспитатель: Назовите, какие продукты богаты этими витаминами. (Обеим командам выдаётся дидактическая игра: на листе изображен витамин, вокруг него разные продукты. Цель: выбрать продукты, в которые входит этот витамин). (приложение 1, приложение 2). Физминутка: «Сидели два медведя» .Сидели два медведя На тоненьком суку. (Дети раскачиваются с ноги на ногу.) Один читал газету, (Читают газету.) Другой мешал муку. (Мешают муку.) Раз ку-ку, два ку-ку — Оба шлепнулись в муку. (Приседают и шлепаются на пол на спину, болтают в воздухе руками ногами.) .]Пальчиковая гимнастика: «Компот» Будем мы варить компот, (Левую ладошку держат «ковшиком», Фруктов нужно много. указательным пальцем правой руки «мешают».) Вот: Будем яблоки крошить, (Загибают пальчики по одному, начи¬ная с Грушу будем мы рубить. большого.) Отожмем лимонный сок, Слив положим и песок. Варим, варим мы компот. Угостим честной народ. (Опять «варят» и «мешают».) XI. Логопед: У вас на столах картинки с изображением разных продуктов. Подарите витаминам – смешарикам те картинки, в которых есть этот продукт. (На доске выставляются витамины в виде смешариков). XII. Воспитатель: Предлагаю вам игру: «Угадай на вкус». Обе команды приготовили салаты. Команды, угостите салатом всех членов другой команды. Команда с закрытыми глазами пробует салат и рассказывает, какие ингредиенты присутствуют в этом салате. А соперники внимательно слушают, какого компонента не назовут. Физминутка: «Сели зайки». Сели зайки на пеньки, оттянули все носки, (Сели, вытянули носки.) Спины чуть прогнули и лопатки все сомкнули. (Прогнули спинки.) Посмотрите на зайчат, как красиво все сидят Руки в стороны подняли (Руки в стороны.) И наклоны делать стали. (Наклоны, руки вперед.) Столько сделали наклонов, Сколько на поляне кленов. Столько сделали хлопков, (Хлопки перед собой.) Сколько там росло цветков. XIII. Логопед: Викторина для взрослых и детей. Для взрослых: • Маленькие бутерброды. (Канапе). • Бутерброд с маслом, сыром, ветчиной, покрытый ломтиком хлеба. (Сандвич). • Водный раствор соли с добавками для консервирования пищевых продуктов. (Рассол). • Концентрированный раствор сахара в воде. (Сироп). • Родина макарон. (Италия). • Родина картофеля и томата. (Америка). Воспитатель: Вопросы для детей: • Какая сказка начинается словами «Посадил дед…» («Репка»). • Он от дедушки ушел и, от бабушки ушел. («Колобок»). • Крупа из гречихи. (Ядрица). • Крупа из пшеницы. (Манка). • Крупа из просо. (Пшено). • В его основе молоко, и цвета желтого оно. (Сыр). • В одном бочонке два вина болтаются, - не смешаются. (Яйцо). XIV. Логопед: Игра «Угадай, какой продукт на подносе». (на подносе под салфеткой муляж продукта). Командам ставятся подносы, а на них продукт - муляж, накрытый салфеткой. Команды задают друг другу вопросы. Вопросы о его полезности или вредности, какой он на ощупь, по вкусу, цвету, но вопросы должны соответствовать одному ответу: да или нет. В итоге команды должны узнать, о каком продукте идёт речь. XV. Воспитатель: попробуйте отгадать, что я загадала (рассказывает о чупа – чупсе, дети отгадывают, ведущий достаёт конфету «чупа – чупс»). Какой вред наносят конфеты? ]3, стр.285[Песня «Зубы, зубы»  Припев: Зубы, зубы, зубы, ой! Зубы, зубы, зубы, аи, (2 раза) Зубы, зубы, зубы сохраняй. 1. Если б зубы вдруг могли бы говорить, То они б нас тут же начали учить: «Ты нас чисти, чисти, чисти, не спеши, И снаружи, и внутри нас почеши». А потом бы, потом Зубы пошли б к врачу. И сказал бы врач: «Я вас полечу». А потом бы, потом, Улыбаясь всем ртом, К ужину как раз Возвратились в дом. Припев: Зубы, зубы, зубы, ой! Зубы, зубы, зубы, аи, (2 раза) Зубы, зубы, зубы сохраняй. 2. Если б зубы вдруг пошли бы в магазин, То они б купили пасту «Поморий», И еще б купили щетку побелей С мягкой, ровною щетинкою на ней. А потом бы, потом Зубы пошли б к врачу. И сказал бы врач: «Я вас полечу», А потом бы, потом Улыбаясь всем ртом, К ужину как раз Возвратились в дом. Припев. XVI. Воспитатель: А сейчас наши ребята покажут сценку «Овощи». XVII. Логопед: следующая игра. Если правило верное и вы с ним согласны, вы, дети, будете хлопать, если правило неверное, родители топают. • Садиться за стол с немытыми руками. • Есть в одно и то же время не менее трёх раз в день. • Есть быстро, торопливо. • Обязательно есть овощи и фрукты. • После еды полоскать рот. • За столом болтать, махать руками. • Тщательно пережевывать пищу. • Кушать только сладости. XVIII. Логопед: «Пропоём–ка мы частушки». Кто кого перепоёт? Родители и дети исполняют частушки. Посидим у самовара И частушки сочиним. Про здоровое питанье Рассказать мы вам хотим. Чипсы, жвачка – не еда, Помни это ты всегда, Их избегать старайся, Правильно питайся! Кушай овощи, дружок, Будешь ты здоровым! Ешь морковку и чеснок, К жизни будь готовым! Вы не пейте газировку, Ведь она вам вред несёт, А попейте лучше квас- Он вкусней во много раз! Я сегодня рано встала, И морковку я достала. Можно скушать бутерброд Только заболит живот. Ешьте овощи и фрукты- Они полезные продукты! Конфеты, пряники, печенье Портят зубкам настроение. Надя ела кириешки и солёные орешки, заболел у ней живот лучше б съела кашу. Вот! Чаще пей томатный сок – Станешь строен и высок! С газировкою любой Заболит животик твой! Если хочешь быть здоровым, Правильно питайся! Ешь побольше фруктов разных, Спортом занимайся! Дыни, яблоки иль груши, Хочешь ешь, а хочешь пей. Наслаждайся, сколько сможешь, Нет их лучше и вкусней. Наш салатик овощной Вкусный и полезный! Вы не кушали такой- Кусочками нарезанный! Молоко, творог, сметана Для здоровья хороши. Я люблю продукты эти Кушать часто, от души! Я фруктовую диету Соблюдаю иногда, Чтобы нервная система Не страдала никогда! Чтобы хворь вас не застала, В зимний утренний денек В пищу, вы употребляйте: Лук зеленый и чеснок. Миша кушал только чипсы, Кока-колой запивал. Врач теперь ему лечиться На полгода прописал! Чтобы зубы не болели, Вместо пряников, конфет Ешьте яблоки, морковку – Вот Вам, дети, наш совет Пищу вредную ты ел, Потому что захотел. А теперь болит живот, Там микроб тебя жуёт! XIX. Воспитатель и логопед подводят итог развлечения, подсчитывают фишки. Призы участникам и победителям.  |

|  |
| --- |
|  |
|  |  |

 |

*аты и свидетельства для педагогов и воспитателей*