|  |
| --- |
| 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*