

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад №100

620041, г.Екатеринбург, ул. Уральская, 48А тел/факс: (343)341-63-60, e-mail: kgarden100@mail.ru
ОГРН 1106670020600 ИНН/КПП 6670300106/667001001 ОКПО 67727906

Конспект НОД

Разговор о правильном питании

На тему "Полезные сухофрукты"

Подготовительная группа «Пчелки»



Воспитатель:
Касаткина Я.В.

09.11.2023г.

Варим, варим мы компот (вращение руками по кругу)

Угостим честной народ (поклон в круг)

Ребята, а давайте посмотрим с вами как по-настоящему выглядят сухофрукты. Я вам буду показывать сухофрукты, а вы мне будете говорить из какого фрукта они сделаны.

Воспитатель выставляет картинку фрукта.

- изюм (белый, черный)
- чернослив
- курага
- яблоки, груши

А теперь предлагаю подойти и попробовать на вкус подготовленные сухофрукты.



Цель: формирование у детей представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности правильного питания; сформировать знания о том, что полезные продукты могут быть вкусными.

Задачи:

1) Формировать представление о сухофруктах, их разнообразии и пользе для здоровья. Продолжать учить подбирать обобщающие слова, узнавать фрукты и сухофрукты по описанию.

2) Упражнять детей в согласовании слов в предложении.

3) Закреплять умение излагать свои мысли понятно для окружающих.

4) Воспитывать желание заботиться о своем здоровье, помогать друг другу.

Наглядный материал:

Картинки с фруктами, тарелочки с сухофруктами, стакан компота, раскраски-путаницы «фрукты».

Воспитатель: Ребята, сейчас я раздаю раскраски, но на них все смешалось, нужно разгадать, что хотел нарисовать художник. И вот об этом мы с вами сегодня поговорим.

В Древнем Китае самыми ценными подарками считались шелк, посуда и сухофрукты. Причем именно сушеные фрукты были обязательным подарком на свадьбу. Каждый из сухофруктов означал определенное пожелание будущим супругам: к примеру, сушеная груша символизировала пожелание быть неразлучными; подаренная курага означала пожелание успеха и роста благосостояния, так как абрикос имел желто-оранжевый цвет, а одежду этого цвета носили только представители знати (позднее — только император); сушеная вишня означала пожелание большей нежности отношений, весенний дух молодости, заботу о друг друге. Недаром один древний китайский философ сказал: «Сухофрукты — это фрукты, познавшие мудрость».

Сухофрукты — это созданные самой природой витаминно-минеральные комплексы, а также источник растительных волокон, не дающих нашему животу лениться. А еще это натуральные сладости — не менее вкусные, чем те же конфеты, но только куда более полезные.

Ребята хотите угадать загадки?

1. круглое, румяное я расту на ветке, любят меня взрослые и маленькие детки (яблоко)
2. этот фрукт на вкус хорош и на лампочку похож (груша)
3. желтый фрукт, он очень сладкий не нужна и шоколадка, я сушить его могу - получу я курагу. Отвечай мне на вопрос, что же это? (абрикос)
4. синий мундир, желтая подкладка, в середине сладко (слива)
5. весит на ветке колобок, блестит его румяный бок (яблоко)

Физминутка:

Молодцы, предлагаю поиграть:

Будем мы варить компот (дети идут по кругу, взявшись за руки)

Фруктов нужно много- вот (поднимают руки вверх)

Будем яблоки крошить (топают ногами)

Грушу будем мы рубить (двигают руками перед собой)

Отожмем лимонный сок (приседают)

Слив положим и песок (вращают кистями и трют ладошками)

