**Цель:**формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни и представления детей о вредных и полезных продуктах.

**Задачи:**

Образовательные

— познакомить с понятием «полезные продукты», «вредные продукты»; учить классифицировать продукты по этим признакам;

Развивающие

— развивать логическое мышление, умение делать выводы;

— развивать связную речь детей;

— развивать познавательную активность детей.

Воспитательные

-формировать представления о здоровом образе жизни (о здоровом питании) питании.

**Методы и приемы:**

— беседа;

— создание проблемной ситуации;

— исследовательский;

— игровой метод;

— совместная деятельность с детьми.

Предварительная работа:

— беседы о здоровом питании;

— сюжетно-ролевая игра «Магазин продуктов»;

— рисование и лепка овощей и фруктов.

Словарная работа:

— расширить словарный запас детей: “полезные и вредные продукты, «красители», «витамины», «жиры».

**Материалы и оборудование:**

-аудио запись письма Вини-Пуха.

— продукты (чипсы, газированные напитки, сухарики);

— стаканы, тарелки, кантейнеры, салфетки для опытов;

— фрукты, овощи, продукты — натуральные.

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Речевое развитие», “Познавательное развитеи”.

Виды детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, продуктивная.

Ход ООД

В: Сегодня я получила странное голосовое сообщение. Давайте послушаем вместе. от Вини - Пуха и его друзей.

«Привет, ребята. Это я Вини-пух. У нас в лесу стали происходить странные вещи. У всех зверей болят животы и зубы, они больше не могут играть и танцевать, сидят дома и грустят. И стало это все происходить после того, как в их лесу странный человек открыл магазинчик, где продаются чипсы, газированные напитки, пирожки, конфеты, гамбургеры и пицца. Я отправил вам посылку с продуктами из нащег магазина».

В.:Как же это все связанно? А как вы думаете, почему с ними приключилась такая беда? (Предположение детей).

Д.: предположения детей.

В.: А теперь давайте посмотрим, что прислал нам Вини Пух.

Воспитатель вместе с детьми открывают посылку.

В посылке: морковь 2 шт, свекла 2 шт, яблоко 2 шт, огурец 2 шт, чипсы 2 шт, газировка, сухарики 2 шт.

Воспитатель: ребята, тут разная еда. Как вы думаете вся она полезная? Или есть вредная пища? А что такое полезная еда?

Д.:…

В.: А вредная это какая еда?

Д:….

В.: Давайте разберемся. Разделим эти продукты на вредную и полезную пищу.

Дидактическая игра: «Что вредно? Что полезно?»

В.: Итак, мы разделили еду. А вы уверенны, что это вредная еда?

Д.: ответы детей.

В.: Сегодня вы выясним это. Но сначало отдахнем.

**В-ль:**

**Физ. минутка «Дружно мы идем»**

Ну, я вижу – вы устали.

Быстро встаньте, улыбнитесь,

Выше, выше потянитесь.

Ну –ка, плечи распрямите,

Поднимите, опустите,

Влево, вправо повернулись,

Рук коленями коснулись.

Сели - встали, сели - встали

И на месте побежали,

Два хлопка над головой,

Два хлопка перед собой.

Две руки за спину спрячем,

И на двух ногах поскачем.

В.: Возвращаемся к нашим продуктам. Итак, мы предположили, что чипсы, сухарики, гарировка это все вредные продукты напитки. Давате повторим, Коля, Тимур, Фарух, что мы предположили?

Дети: Чипсы, сухарики, газировак вредные продукты и напиток.

В.: Давайте убедимся в этом на верняка. Докажем. Через опыты. Но сначала вспомним,когда делает опыты, слушаем внимательно,. сами не берем ничего без разрешения.Мы будем делать опыты с продуктами,возможно вредными, поэтому есть их сейчас нельзя!!!!

Дети и воспитатель подходят к столу.

Опыт со сладкой газированной водой. На столе стоят две пластиковые тарелочки, ватные диски (на каждого ребенка), Воспитатель наливает немного газированной воды в тарелочки, предлагает детям намочить ватныей диски в воде. Далее отожмать диск, и посмотреть на цвет ватного диска, что мы видим? Какого цвета, стал ватный диск?

Д.: Оранжевый.

В.: Да правильно, в воде много красителя, поэтому он окрасился. А если мы выпьем, в желудок попадет краситель. Из-за этого может быть у человека алергия, боль в желудке.

Итак, чем вреден цветная газированная вода7

Дю: В ней много красителя, это вредно для человека.

В.: Это вредный напиток?

Д.: Вредный.

Теперь прейдем к сухарикам. Перед вода, чистая вода.

А сейчас положите каждый по одному сухарику в воду. Нам нужно немного подождать., Но чтобы нам не терять время. Мы перейдет к опыту с чипсами, а потом вернемся к сухарикам.

Опыт с “Чипсами”

В.: Открываю чипсы,которые прислал нам Вини-пух.Высыпаю в тарелки. Перед вами лежат салфетки, возьмите по одной салфетки, раскройте ее, положите по одному кусочку чипсов на салфетку, и накройте сферху и слегда прижмите. А терепь раскройте салфетку и посмотрите какое пятно жирное образовалось. Значит чипсы какие?

Д.: Жирные.

В.: Вы знаете, что их готовян на масле, в котором много жира. Это полезно для человека?

Дети: Вредно, может заболеть живот.

Итак, чипсы полезный продукт или вредный?

Д.: Вредный.

Выяснили, что чипсы вредные. Вернемся к сухарикам.Давайте посмотрим, какая стала вода?

Дети: Грязная, мутная, сухарики разбухли.

Воспитатель: Когда человек есть сухарики, тоже у него и в желудке. Как вы думаете, как себя будет чувствовать человек если съест сухарики?

Дети: Может заболеть живот.

В.: А когда человек болеет, он может играть танцевать?

Дети: Нет.

В.: Итак, мы предположили что?

Дети: Что чипсы, сухарики вредные продукты, газировка вредный напиток.

В.: Как мы в этом убедились?

Дети: Через опыты.

Воспитатель: Опыты с какими продуктами, мы сдлелали?

Д:. Чипсы, сухарики и цветная гизированная вода.

В.: А для того, чтобы хорошо себя чувствовать какие надо есть продукты?

Д.: Полезные, овощи и фрукты.

В.: Я предлагаю в группе написать письмо Вини-Пуху о том, что нам удалось выяснить про вредные продукты.А для вас, ребята, я приготовила полезные продукты, яблоки.

Давайте скажем: «До свиданья!» гостям и пойдем в группу.