

A decorative border of various food icons surrounds the central text. The icons include fruits like apples, bananas, and grapes; vegetables like carrots, mushrooms, and leafy greens; proteins like eggs, fish, and chicken; and other items like bread, cheese, and a hot dog. The background is a solid red color.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 58»

Конспект
беседы – игры по формированию ЗОЖ «Полезная и вредная еда»
в старшей группе

Образовательная область: «Познавательное развитие», «Речевое развитие»

Разработал и провел: И. В. Эмих,
воспитатель старшей группы № 3

Бийск 2025 г.

1. Тема «Полезная и вредная еда»

2. Образовательная область: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное»

3. Возрастная группа: старшая

4. Цель: формирование у детей представлений о роли правильного питания в жизни человека.

5. Задачи:

Образовательные:

рассказать детям о продуктах питания и их значении для человека, «правильное» или «здоровое питание».

Развивающие:

развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания, умение выделять полезные и вредные продукты.

Воспитательные:

воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, желание вести здоровый образ жизни, правильно питаться.

6. Предварительная работа: рассматривание альбома «Полезные продукты - овощи и фрукты», «Еда без вреда», игры «Узнай на вкус», «Витамины с грядки»; чтение стихотворения Ю. Тувима «Овощи», рассказа Л. Толстого «Косточка», Н. Носова «Огурцы»; отгадывание загадок о продуктах питания.

7. Материал и оборудование: магнитная доска, кукла Незнайки, коробка с муляжами овощей и фруктов по количеству детей; картинки с изображением кастрюли и кувшина, тарелки (2 шт. красная и зеленая); фотографии с изображением разных продуктов питания.

Ход ООД

1. Вводная часть		
Сюрпризный момент: приход Незнайки, вводное слово воспитателя, отгадывание загадки. Цель: введение детей в игровую деятельность		
Деятельность детей	Деятельность педагога	Примечание
<p>Ответ детей:</p> <p>-Еда.</p> <p>- Еда нужна чтобы (расти, быть сильными, здоровыми, крепкими, не болеть...)</p> <p>- Вкусна, невкусная, полезная, вредная и т.д.</p>	<p>Воспитатель предлагает детям сесть на стулья, поставленные полукругом и обращает внимание на Незнайку, возле которого стоит коробка и предлагает детям отгадать, что в этой коробке:</p> <p>«Начинается с неё наш день, вечером её готовить нам не лень. Без неё и ни туда, и ни сюда. Это, дети, вкусная ... (еда)</p> <p>Воспитатель открывает коробку с муляжами продуктов питания: правильно, это продукты питания или еда!</p> <p>Незнайка: Ребята, а зачем нужна еда?</p> <p>Н: А какая бывает еда?</p>	
2. Основная часть		
Игра «Кастрюлька, вари». Цель: развитие представлений детей о фруктах и овощах, закреплять умение классифицировать.		
<p>Дети сортируют продукты на две группы – для супа и компота.</p>	<p>- Ребята, Незнайка просит нас помочь ему приготовить обед, мы должны разделить продукты на две группы: 1 – продукты, которые необходимы для приготовления супов; 2 - для приготовления компота.</p> <p>- Молодцы!</p>	<p>На магнитной доске прикреплены картинки «кастрюля», «кувшин»</p>
Игра «Полезно - вредно». Цель: закрепление представлений о полезной и вредной для здоровья еде.		
<p>Дети хлопают в ладоши и говорят «Да!», если</p>	<p>Ребята, а сейчас мы с вами поиграем. Если продукт полезный, хлопните в ладоши и громко скажите «Да!», если неполезный, тогда все дружно топните и скажите «Нет!</p>	

<p>продукт полезный; если неполезный, тогда топают и говорят «Нет!»</p>	<p>Есть вредные и полезные продукты питания. Кто даст правильный ответ, Что полезно, а что нет? Каша - вкусная еда Это нам полезно? (да) Лук зеленый иногда Нам полезен дети? (да) В луже грязная вода Нам полезна иногда? (нет) Щи отменная еда Это нам полезно? (да) Мухоморный суп всегда- Это нам полезно? (нет) Фрукты – просто красота! Это нам полезно? (да) Грязных ягод иногда Съесть полезно, детки (нет) Овощей растет гряда Овощи полезны? (да) Сок, компотик иногда Нам полезны, дети? (да) Съесть мешок большой конфет Это вредно, дети? (да) Лишь полезная еда На столе у нас всегда! А раз полезная еда – Будем мы здоровы? (да)</p>	
<p>3. Заключительная часть.</p> <p>Игра «Светофор», рефлексия.Цель: развитие умения классифицировать продукты питания на полезные и неполезные, подведение итога игры.</p>		
<p>Дети на зелёную тарелку кладут карточки с полезной едой, а на красную- с вредной.</p>	<p>Воспитатель раздает детям картинки с изображением и различных продуктов питания и просит: -Ребята, на зелёную тарелку нужно положить карточки с полезной едой, а на красную- с вредной.</p>	<p>Дети должны быть внимательны, в случае ошибки исправления не допускаются</p>

- Мы говорили о полезной и вредной еде.
- Суп варят из овощей.
- Компот варят из фруктов.

Воспитатель подводит итог:

- О чем мы сегодня говорили с Незнайкой?
- Из каких продуктов варят суп?
- Из чего варят компот?

Ребята, вы молодцы, справились со всеми заданиями.
Спасибо!