

**Конспект занятия по теме:  
«Полезные и вредные продукты»**

Белова Н.М., воспитатель  
МБДОУ «ДС № 2 г. Челябинска»

Цель: Расширить знания детей о витаминах и витаминосодержащих продуктах, закрепить знания об овощах, фруктах и ягодах.

Задачи:

1. Расширить знания детей о витаминах и витаминосодържащих продуктах.
2. Приобщать детей дошкольного возраста к изобразительному искусству; упражнять в умении изображать предмет округлой и овальной формы, создавая отчетливую форму, аккуратно закрашивая, использовать разные материалы.

Ход занятия:

В.: Нам прислали письмо. Давайте я его прочитаю: «Здравствуйте! Меня зовут Катя. У меня случилась беда, я заболела. Говорят, чтобы не болеть, нужно правильно питаться. Я старалась, ела все только вкусное: чипсы, конфеты, пила газировку. Но, к сожалению, мне становится все хуже и хуже, а вчера, меня положили в больницу. Помогите, мне, пожалуйста, разобраться, что мне нужно есть, чтобы не болеть?»

В: А вы знаете, чем надо питаться, чтобы расти крепкими и здоровыми, и подойдут ли для этого наши любимые конфеты и чипсы? А какие же продукты мы называем полезными? (фрукты, овощи). Организму человека нужны разные продукты. Особенно полезны сырые овощи, фрукты и ягоды, так как это огромный клад всевозможных витаминов и минералов! Употребляя их каждый день, человек всегда выглядит жизнерадостным и счастливым! Если человек будет редко употреблять такие продукты в пищу, то он начнет чувствовать недомогание, станет быстро уставать, потеряет аппетит и заболеет. Это и произошло с нашей Катей, она ела только сладкое, чипсы и газировку, поэтому и заболела.

В: Я загадаю загадку, а вы отгадайте:

Вот он спелый, налитой  
Весь в обертке золотой,  
Не с конфетной фабрики,  
А из далекой Африки. (апельсин)

Жёлтый, будто канарейка, Откусить его сумей-ка! Ведь без сахара, друзья, Съесть его никак нельзя! (лимон)

В: Правильно. Это лимоны и апельсины. Потому что в апельсинах и лимонах очень много витаминов.

В: Предлагаю не терять времени даром и на левой половине листа нарисовать все те продукты, которые помогут Кате быстрее выздороветь и вернуться домой, к своим друзьям. Во время работы будьте аккуратными, помните, что продукты, богатые витаминами, не только вкусные, полезные, но и очень красивые. На правой половине листа мы нарисуем вредные продукты: чипсы, газировка, бургеры.

Итог занятия: Молодцы, красивые рисунки у вас получились. Давайте отправим их Кате, пусть скорее поправляется.