

Беседа с детьми младшей группы на тему: «Не каждая еда полезна»

Провела воспитатель: Смирнова Любовь Сергеевна

Цель: Рассказать детям о продуктах питания и о их значении для человека.

Обучающие: Познакомить с понятиями «полезные» и «вредные» продукты.

Развивающие: Развивать любознательность, умение выделять полезные и вредные продукты.

Воспитательные: Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, правильно питаться.

Оборудование: картинки с изображением продуктов питания: рыба, мясо, сметана, молоко, овощи, фрукты, чипсы, пепси-кола, мороженое, торт, конфеты и др.; две корзинки, муляжи овощей и фруктов.

Активизация словаря: вредные и полезные продукты, витамины.

Организационный момент: В этот пасмурный денёк сели дружно мы в кружок, мы за ручки все возьмемся и друг другу улыбнемся.

Воспитатель: Доброе утро, ребята. Давайте вспомним, кто вчера приходил к нам в гости? (Дети: Айболит).

Воспитатель: Может кто-то из вас помнит, о чем нам вчера рассказал доктор Айболит?

Дети: Он рассказал нам, что мы должны кушать полезные продукты. В них много витаминов, полезных для здоровья.



Воспитатель: а какие полезные продукты, вы запомнили?

Дети: яйца, рыбу, мясо, масло, пить молочные продукты: молоко, йогурт, кушать сметану и творог, овощи и фрукты. (Воспитатель выставляет картинки, названных продуктов на мольберт)

Воспитатель: Сегодня ребята, Айболит снова обещал прийти к нам в гости, а вот наверно и он идет, пойду встречу.

Айболит: Здравствуйте, ребята. Вижу, вспоминали вы полезные продукты, молодцы. А вы знаете, есть продукты, которые вредят нашему здоровью.

Воспитатель: Расскажи нам Айболит про это. Нам тоже интересно узнать, правда, ребята? (Дети: Да.)

Айболит: Ну, слушайте. Очень вредно кушать чипсы- их жарят, кириешки – они соленые, кушать много сладкого. Например, конфет или пирожных, от них болят зубки. Вредно кушать много мороженого. Может заболеть горло. Пить холодный сок и лимонад. (Выставляет картинки с изображением вредных продуктов на другой мольберт)

Воспитатель: Ребята, вы запомнили, что вредно кушать? Давайте ещё раз назовем. (воспитатель показывает картинку, дети называют). Молодцы.

А сейчас мы сделаем разминку.

Физкультминутка: Мы руки поднимаем, на месте пошагаем

Раз присели, два присели и на стульчики все сели.

Воспитатель: Молодцы, а теперь давайте поиграем. Разложим вредные и полезные картинки с продуктами в корзинки.



Игра «Полезные и вредные продукты»

Айболит: Молодцы, ребята.

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним, о чем нам сегодня рассказал Айболит.

Дети: Про вредные продукты.

Воспитатель: Правильно. Не забывайте про эти вредные продукты, расскажите маме, папе и не просите, чтобы вам их купили в магазине.

Воспитатель: Спасибо, Айболит, приходите к нам ещё в гости.