

Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

**Конспект**

**занятия по познавательному развитию**

**в средней группе**

**«Каша-здоровье наше»**

Составила

воспитатель Забоева И.Н.

Тюмень,

2024 г

**Цель**: формировать представление детей о здоровом питании

**Программное содержание:**

**Обучающие:**

Формировать у детей представление о необходимости употребления в пищу каши, о пользе и разнообразии каш

**Развивающие:**

Развивать познавательный интерес детей

**Воспитательные:**

Воспитывать положительное отношение детей к здоровому питанию. Вызвать желание вести здоровый образ жизни.

**Оборудование:** разные виды круп; маски с продуктами для варки каши, шаблоны тарелок; кисти для клея, клей ПВА, салфетки, чугунок.

**Ход мероприятия**

**Воспитатель: Р**ебята! Сегодня к нам в группу пришла кукла Маша, она хотела поиграть с вами, но пожаловалась на боль в животе после завтрака. Маша, а что ты ела сегодня на завтрак?

**Маша**: Шоколад и лимонад.

**Воспитатель**: Теперь нам с ребятами понятно, почему у тебя болит живот. Дети, скажите, что вы едите утром на завтрак?

**Дети:** кашу

Маша: ой, я кашу не люблююю

**Воспитатель:** Расскажу-ка я тебе, Маша и вам, ребята, сейчас сказку про кашу.

*Давно это было. Жили-были дедушка и бабушка, и была у них внучка Дашенька. Помощница, рукодельница, да только плохо ела. Оттого была бледненькой и худенькой.*

*Как- то Даша заболела и слегла в постель. Горюют бабушка с дедушкой, чем помочь внученьке?*

*А тут пришла соседка, посмотрела на Дашеньку и сразу поняла, как её из болезни вытащить.*

*И говорит: «Свари ты, соседушка, в русской печке кашу – рассыпчатую, вкусную, душистую. Да маслицем полей. Пусть поест и увидишь, что каша творит чудеса. Ведь в каше вся сила».*

*Истопил дед пожарче печку, баба крупу перебрала, помыла, заложила в чугунок, залила молоком, посолила, посластила, масла топлёного положила и в печку поставила.*

*Долго «томилась» каша в печке, из чугунка такой дух пошёл. Съела внучка одну ложку каши - сила в руках появилась. Съела вторую - губки заалели, щёчки порозовели. Так и съела всю кашу и выздоровела.*

*С тех пор, стала Даша хорошо кушать, особенно кашу полюбила. А бабушка приговаривает: «Ешь кашу больше. Кто каши мало ест, у того силы* нет».

**Воспитатель:** На Руси все каши в печке варили. Крупу хорошо мыли, складывали в чугунок и ставили в печь. Получалась каша рассыпчатая, ароматная. Очень любили и взрослые и дети кашу, ели её и с молоком, и с маслом.*(показываю чугунок)*

А из чего же готовят кашу?

**Дети:**из крупы

**Воспитатель:** А вы знаете, из какой крупы варят кашу?

**Дети:**Рис, гречка .

**Воспитатель:** Все минуточку внимания

Сейчас проверим ваши знания!

У меня вот здесь крупа,

Я не знаю какова.

Я покажу вам разные виды круп, а вы попробуйте назвать крупу.

***Дидактическая игра «Узнай и назови»* *(гречка, рис, пшено, пшеница, манка).***

Чтобы получилась вкусная каша,нужно еще что-то добавить

***Дидактическая игра « Да-нет».***

*(Называть продукты те, которые нужны для приготовления каши и говорить «Да», на те, которые не идут для приготовления каши — «Нет».)*

Сорока - белобока

Задумала кашу варить,

Чтобы деток накормить.

На рынок пошла

И вот что взяла:

Парное молоко... (Да)

Куриное яйцо... (Нет)

Крупа манная... (Да)

Капуста кочанная... (Нет)

Соленый огурец... (Нет)

Мясной холодец... (Нет)

Сахар да соль... (Да)

Белую фасоль... (Нет)

Масло топленное... (Да)

Рыбка соленая... (Нет)

Лавровый лист... (Нет)

Чернослив и изюм... (Да)

Перец болгарский... (Нет)

Клубничное варенье... (Да)

Бисквитное печенье... (Нет)

**Воспитатель:** Дети, а давайте покажем Маше, как мы вместе варим кашу.

**Хороводная игра «Варим кашу»**(***раздаются маски с изображением ингредиентов***)***.***

Выбираются дети, которые будут молоком, солью, сахаром, крупой. Когда называют ингредиент, необходимый для каши, ребенок выходит в центр круга. А когда выйдут все, они берутся за руки и ведут внутри хоровода свой хоровод.

Раз, два, три — ты горшочек наш вари.

(идут по кругу, взявшись за руки)

Молоко мы нальем, до кипенья доведем.

Раз, два, три — ты горшочек наш вари.

Кашу нужно посолить, да и сахар положить.

(движение пальцев, имитирующее посыпание солью)

Раз, два, три — ты горшочек наш вари.

Мы крупу насыпаем, дружно все перемешаем.

(движение руками)

Раз, два, три **—**ты горшочек наш вари.

(имитирующее перемешивание)

Каша преет «пых — пых — пых»

(приседают)

Для друзей и для родных.

Мы все дружно поедим,

И гостей всех угостим.

(встают)

Каша вышла-то у нас —

Просто класс!

(поднимают руки вверх)

**Воспитатель:** Молодцы, ребята, очень вкусная и полезная каша у нас получилась.

Дети, давайте спросим у Маши, теперь-то она знает, что надо есть на завтрак?

**Маша:**Теперь я знаю, что надо есть кашу. В ней много витаминов и микроэлементов полезных для здоровья и роста детей.

**Заключительная часть.**

**Воспитатель:** А теперь мы отправимся в нашу мастерскую. И нашу кашу разложим по тарелочкам.

Чтобы пальчики были послушными, сделаем пальчиковую гимнастику.

*Маша каши наварила,                          (Указательным пальцем правой*

*Маша кашей всех кормила.        руки дети мешают в левой ладошке.)*

*Положила Маша кашу*

*Кошке — в чашку,                                  (Загибают пальцы левой руки.)*

*Жучке — в плошку,*

*А коту — в большую ложку.*

*В миску курицам, цыплятам*

*И в корытце поросятам.*

*Всю посуду заняла,                                                (Разжимают кулачок.)*

*Все до крошки раздала.                        (Сдувают «крошку» с ладошки.)*

(*Детям предлагается шаблон тарелки, клей наносится на середину, сверху посыпается крупой, излишки крупы убираются)*

*Дети приступают к работе*

**Воспитатель:** Молодцы! Вы настоящие – поварята! И я думаю, что кто не любит кашу, обязательно её полюбит.

Кашу нужно есть ребята

Каша лучше шоколада

Ешьте кашу по утрам

Даст она здоровья вам!

**Рефлексия.**

О чем мы сегодня с вами говорили?

Что нового вы узнали о каше?

В какие игры мы играли?