***Конспект открытого занятия в старшей группе***

***“Пейте, дети, молоко – будете здоровы”***

***Воспитатель: Дорохова***

***Ирина Николаевна***

**Конспект занятия в старшей группе**

**“Пейте, дети, молоко – будете здоровы”**

**Цель:** Заложить основы здорового питания: дать знания о витаминной ценности молока, влиянии его на состояние здоровья.

**Задачи:**

* + Уточнить знания детей о разнообразии продуктов молочного происхождения.
	+ Воспитывать сознательную установку на здоровый образ жизни, желание заботиться о своем здоровье.
	+ Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение, творческий подход к своему питанию у детей.

**Оборудование:**

cтаканы с молоком, коктейльные трубочки, чайные ложки на каждого ребёнка, салфетки.

 **Модели продуктов:**

творог, кефир, йогурт, сыр, сливки, масло сливочное, хлеб, колбаса, масло подсолнечное; 8 бумажных тарелочек;

**Ход занятия**

**Воспитатель:** Ребята, как много у нас гостей, подойдем, поздороваемся.

А знаете, вы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Недаром русская народная поговорка говорит: “Здороваться не будешь, здоровья не получишь”.

**Вопрос:** Ребята, скажите, пожалуйста, какого человека вы считаете здоровым? (Ответы детей).

Ребята, а вы умеете беречь своё здоровье? Что вы делаете, чтобы быть здоровыми? (Подсказка - я каждое утро делаю зарядку и умываюсь холодной водой.)

**Вопрос:** А как ты (имя ребёнка) заботишься о своём здоровье?

“Здоровью цены нет”, только сам человек должен научиться беречь своё здоровье. Молодцы! Я рада за вас, вы умеете заботиться о своём здоровье! Ребята, я подарю вам один из секретов здоровья. Это полезный чудодейственный напиток, который называется. А вот как он называется, вы догадаетесь сами. Приглашаю вас в кафе “Здоровейка”.

**Вопрос:** Как узнать, что в стаканах под салфеткой? (Пробуют на вкус через трубочки для коктейля.)

**Воспитатель:** Кто догадается, скажите мне на ушко. А теперь дружно, громко, чтобы все гости услышали, что напиток здоровья это… молоко.

**Указание:** Снимите салфетку, положите под стакан.

**Воспитатель:** Молоко даёт человеку силу, красоту, здоровье потому, что в нем самом есть витамины Фосфор и Калий которые укрепляют кости, зубы, ум, иммунную систему.

**Воспитатель:** Ребята, из молока делают много молочных продуктов. Давайте поиграем в цепочку молочных слов, будем по очереди называть молочные продукты. Я начинаю – сливки... (если дети затрудняются, помогаю с помощью подготовленных подсказок).

**Подсказки:**

* + Так называется деревня, в которой жили герои мультфильма - кот Матроскин и пёс Шарик.
	+ Его намазывают на хлеб.
	+ Похож на кефир, но в него добавляют маленькие кусочки фруктов.

**Воспитатель:**  Вот какая длинная цепочка у нас получилась.

**Вопрос:** Кто из вас пил молочный коктейль? А сами пробовали его готовить?

**Воспитатель:** Я предлагаю вам его приготовить - это очень интересно. Подходите к столу

вставайте поудобнее. Итак, основной продукт для молочного коктейля - это молоко.

**Вопрос:**Что нужно сделать, чтобы получился коктейль?

**Ответы детей**

**Воспитатель:**Правильно, вы можете добавить варенье, джем сироп красной смородины, клубничное варенье, варенье из кабачков или несколько капель лимонного сока.

**Указание:** Приступайте к работе.

**Вопрос:** Что (имя ребёнка) добавила? С чем ты (имя) смешал молоко? Какой красивый цвет у (имя) получился, поделись с нами своим рецептом.

**Воспитатель:** я назову свой коктейль – “Румяные щёчки”.

**Указание:** Придумайте и вы название для своего напитка. Пора пробовать, что получилось.

**Вопрос:** Какой вкус у твоего напитка? Тебе понравился коктейль?

**Воспитатель:**  Молочный коктейль не только вкусный, но и полезный.

 А кому из животных мы можем сказать спасибо, за то, что дают молоко? (корова)

**Воспитатель:**Поспешите, в магазин “У Бурёнки” принесите молочные продукты.

**Вопрос:** Что ты принёс? (что вы принесли?) перечисли. Вы согласны с (имя ребёнка, если принесла крупу)? Что можно сделать с крупой, чтобы она принесла пользу? Как вы думаете надо ли принимать в пищу кетчуп? Почему?

**Воспитатель:** Пейте напиток здоровья. Знаете, ребята, о том, что молоко полезно, люди знали давно. Давайте посмотрим с вами мультфильм о пользе молочных продуктов.

**Вывод воспитателя:** Молочные продукты, необходимы всем малышам и ребятам, чтобы стали они красивыми, здоровыми, сильными. А дома я вам предлагаю вместе с родителями организовать коктейльную вечеринку, придумать новые рецепты коктейлей и их названия, и поделиться со всеми детьми.