МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«Детский сад № 331 «Радуга»

«Фруктовый салат!»

познавательно-практическое мероприятие в старшей группе

Подготовили и провели:
воспитатели группы «Берёзка»
Т.В. Хайновская
Н.Н. Фролова

Новосибирск, 2022 г.

Цель:
- формирование у детей заботы о своем здоровье (помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной).

Задачи:
- продолжить знакомить детей с разнообразием салатов,
- закрепить знания детей названий и полезных свойствах фруктов, в каком виде употребляются в пищу человеком,
- расширять знания о месте произрастания фруктов.
- формировать навыки безопасного обращения с опасными предметами (нож) в быту,
- способствовать совместной деятельности детей и взрослых,
- воспитывать аккуратность, любовь к труду, желание доставлять радость себе и другим.

Продукты:
-яблоки, груши, бананы, апельсины, йогурт.

Оборудование:
-разделочные доски, ножи, миска, поднос, салатница, салфетки, фартуки.

Ход занятия:

Воспитатель:
- Ребята, сегодня на занятии мы с вами будем учиться готовить салат. А какие продукты нам понадобятся, отгадайте:

1. Весит на ветке колобок,
Блестит его румяный бок. (яблоко)

2. Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Роддом он из жарких стран
В тропиках растет. (банан)

3. Этот плод продолговатый,
Витаминами богатый.
Его варят, его сушат,
Называется он…. (груша)

4. Яркий, сладкий, налитой,
Весь в обложке золотой.
Не с конфетной фабрики-
Из далекой Африки. … (апельсин)

Молодцы! Все загадки отгадали!
А сейчас я вам расскажу про фрукты.

Апельсин – фрукт, который у многих ассоциируется с солнцем. Родиной апельсина считается Китай. «Апельсин» означает китайское яблоко.
В апельсине содержатся витамины : Р, А, В1, В2 и большое количества витамина С.
Груша – напоминает своей формой лампочку. В груше содержится огромное количество полезных веществ – клечатка, сахароза, глюкоза, фруктоза, каротин. Витамины : А, В1, В2, В3, Р, Е, С. Отвар из сушеных груш помогает от кашля.
Яблоко – этот фрукт богат витаминами и питательными веществами. Яблоки приносят пользу всем. Свежее сочное яблоко богато витамином С, который поможет укрепить иммунную систему. Яблочный сок – уничтожает микробы.
Бананы – растут в южных странах. Бананы содержат большое количество калия, полезного для нашего мозга, сердца и мышц. Витамины: А, В1, В2, В3, В6, Е, РР, которые улучшают память, внимание, полезны для здоровья волос.
Йогурт – это кисломолочный продукт обычно с фруктовыми добавками. Считается традиционным болгарским напитком. Йогурты бывают – молочные, сливочные, фруктовые, диетические.

Теперь и к работе можно приступать.

1. Обязательно надеть фартук, чтобы не пришлось стирать потом всю одежду. Девочкам длинные волосы лучше собрать в хвост или повязать косынкой.
2. Фрукты должны быть чисто вымыты.
3. Ножи выбирайте не слишком большие. Их хранят в специально отведенных для этого местах. Моют их теплой водой и тряпочкой, держа лезвием от себя.

Воспитатель:
- ребята, у каждого блюда есть рецепт. Посмотрите на схему-рецепт фруктового салата. (Выставляется изображение). Что нужно сделать сначала?
Ответы детей. Ребята восстанавливают последовательность рецепта.
Воспитатель:
- а так как салат этот необычный, а фруктовый, то заправлять мы его будем йогуртом.
Дети вместе с воспитателем очищают и режут фрукты кубиками. Апельсины очищают от пленок и перегородок и нарезают. Нарезанные фрукты складывают в один большой салатник. Добавляют йогурт и перемешивают (если йогурт кисловат, то можно добавить сахар).
Салат готов, теперь можно будет угостить всех детей и взрослых.
Всем спасибо за участие!