

Конспект занятия в подготовительной группе (рамках тематической недели «Фрукты»)

«Фруктовый салат – здоровье для ребят»

Цель: Создать условия для освоения детьми процесса приготовления салата; закрепить представление детей о пользе здорового питания; формирование элементарных навыков по организации рабочего места.

Задачи: Уточнить и обогатить представление детей о внешних и вкусовых качествах фруктов; формирование навыка безопасного обращения с ножом; способствовать совместной деятельности детей и взрослых, в процессе которой у детей приобретается собственный опыт и удовлетворяется потребность принимать непосредственное участие в деятельности взрослых.

Интеграция областей: «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие».

Продукты: Яблоки, груши, виноград, бананы, апельсины, нектарины, лимон.

Оборудование: Разделочные доски, ножи, поднос, салатница, салфетки, фартуки.

Предварительная работа: Знакомство детей с фруктами, их свойствами, отгадывание загадок, составление описательных рассказов, знакомство с разными блюдами из фруктов.

Словарная работа: Ингредиенты

Содержание:

1. Внесение подноса с фруктами.

Ребята, мы сегодня с вами будем учиться готовить салат. А какие салаты вы знаете? (Винегрет, оливье, с крабовыми палочками, свекольный и т.д.)

Из чего делают Винегрет? (картофель, морковь, лук, свекла, капуста, зел. горошек). Как назвать одним словом все ингредиенты для винегрета? (овощи).

Я предлагаю, приготовить вам сегодня фруктовый салат. А из каких фруктов он будет, отгадайте.

2. Загадки:

1. Само с кулачок, красный бочок, потрогаешь – гладко, откусишь – сладко. (Яблоко)
2. тот плод продолговатый, витаминами богатый. Его варят, его сушат, называется он...(Груша).
3. Этот вкусный желтый плод к нам из Африки плывет, обезьянам в зоопарке пищу круглый год дает. (Банан)
4. Он оранжевого цвета и зимой, и теплым летом. Очень много витаминов в этом круглом ...(Апельсине).
5. Близнецы на тонкой ветке, все лозы родные детки. Гостю в доме каждый рад, это сладкий...(Виноград)
6. Фрукт особы – кисло-сладкий, он пока для нас загадка. С удовольствием съедем этот желтый...(нектарин)
7. В шкурке желтой, кислый он, называется...(Лимон)

Молодцы! Отгадали все.

Все эти фрукты очень полезны, в них содержится много витаминов: Р, А, В1, В2, В12, С, Е, пектин, который помогает нашему пищеварению.

- Родина апельсина – Китай, «Апельсин означает китайское яблоко.

Апельсин помогает укреплять организм, помогает бороться с вирусными заболеваниями. Но злоупотреблять им не нужно, апельсин еще и может вызвать аллергию.

- Груша напоминает по форме лампочку. В ней много клетчатки, сахарозы, глюкозы, железа. Отвар из сушеных груш помогает от кашля.

- Яблоко – очень богато витаминами и питательными веществами. Яблоки поднимают гемоглобин, укрепляют сосуды и наш иммунитет. Печеные яблоки улучшают пищеварение. Яблочный сок уничтожает микробы.

- Бананы растут в тропических странах. Срезают их зелеными и отправляют нам в незрелом виде, чтобы до нас они дошли в хорошем виде и не испортились.

3. Наши фрукты уже вымыты, теперь пора и к работе приступить. А для этого нужно:

- вымыть руки с мылом

- надеть фартуки

- приготовить свое рабочее место – положить перед собой доску, нож.

- ножом пользоваться аккуратно, не подставлять пальцы под лезвие, быть внимательными.

Дети идут моют руки и готовят свое рабочее место.

Ребята, у каждого блюда есть рецепт. Наш рецепт салата такой: 1. Порезать фрукты. 2. Сложить в миску. 3. Заправить соком лимона (или йогуртом). 4. Перемешать.

Дети с воспитателем нарезают фрукты на кубики, очищают шкурку, где нужно, удаляют пленку у апельсина. Нарезанные фрукты складывают в миску, заправляют, перемешивают.

Вот и готов наш салат, теперь наводим порядок на рабочих местах, моем доски, руки.

Раскладываем салат по тарелочкам. Всем приятного аппетита!



