**Конспект занятия в старшей группе непосредственно образовательной деятельности.**

**«Лук от семи недуг»**



Воспитатель: Конкина Л.В.

**Цель**: закрепить знания детей о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

**Программное содержание и задачи:**

1. Систематизировать знания детей о: полезных свойствах лука, сформировать представление, что большинство заболеваний носит инфекционный характер; разъяснить, что человек в силах уберечь себя от болезней.
2. Формировать познавательный интерес к окружающему миру. Развивать заинтересованность в сохранении собственного здоровья; развивать умение работать коллективно.
3. Воспитывать желание быть здоровым, сохранять и укреплять здоровье. Совершенствовать диалогическую речь.

**Предварительная работа:**

- Проведение дидактических игр: «Где растёт?», «Что лишнее?», «Узнай на ощупь» («чудесный мешочек»), «Узнай на вкус», «От какого овоща эта часть?» (разрезные картинки).

**-** Чтение стихотворений, загадок, поговорок, сказок об овощах (РНС «Репка», «Вершки и корешки»).

**-**  Рассматривание иллюстраций с изображением овощей, составление описательных рассказов. ( сравнить их по цвету, форме, размеру, вкусу).

**Материал:** фартуки, колпаки,овощи для салата, йод, дистиллированная вода, пипетки, разделочные доски, лук, лимон, влажные салфетки.

**Ход НОД:.**

**(раздаётся стук в дверь)**

**Кот Матроскин:** Здравствуйте ребята. Это я кот Матроскин моя фамилия, из деревни Простоквашино. У меня друг простудился и заболел – дядя Фёдор. Подскажите, что нам с Шариком делать? Как вылечить дядю Фёдора?

**Дети**: вызвать врача, напоить горячим чаем с мёдом, попарить ноги.

**Кот Матроскин**: Мы с Шариком врача уже вызывали. Врач сказал, что дяде Фёдору нужны витамины. А в деревне Простоквашино нет аптеки и денег у нас нет. Где нам взять витамины?

**Дети:** Много витаминов в чудо овоще луке. Он очень полезен. Не даром о нём говорят «Лук от семи недуг».

**Кот Матроскин:** Мы этим летом с Шариком много овощей насажали. Урожай уродился отменный. Потому, что я всё лето следил, чтобы Шарик сорняки полол и грядки поливал. А как он выглядит этот ваш лук? Он такой зелёный, овальный, упругий, внутри много семечек.

**Дети:** Нет, это огурец.

**Кот Матроскин:** Ну да, конечно огурец. Вспомнил, лук он круглый, мягкий, красный.

**Дети:** Нет, это помидор.

**Кот Матроскин:** Что-то я совсем запутался. Какой он этот лук?

**(дети рассказывают и выставляют картинки с изображением разных видов лука)**

**Дети:** Лук - это овощ. По форме бывает круглый и овальный. По цвету может быть жёлтым, белым, фиолетовым. Всё зависит от сорта лука.

**Дети:** На вкус он горько-сладкий. Имеет резкий запах. На ощупь лук твёрдый. Польза лука в том, что в нём много витаминов, он защищает организм от болезней.

**Дети:** Моя бабушка всегда говорит, что лук очень полезен. Это самое безвредное лекарство. Такое лекарство всегда под рукой. В домашних условиях легко изготовить хорошие рецепты. Лук повышает иммунитет и аппетит.

**Кот Матроскин:** Вот оказывается какими полезными и целебными свойствами обладает обычный лук. А я и не догадывался. **(берёт в руки лук, нюхает, чихает, появляются слёзы)** Ничего себе лекарство вы мне посоветовали.

**Воспитатель:** Не правильно ты кот Матроскин луком дышишь. Сейчас ребята тебе покажут как надо. Подойдите все к столу**. ( открыть контейнеры с луком, дать детям понюхать)**

**Дети:** Открываем контейнеры с нарезанным луком. Возьмём в одну руку контейнер с луком, а другой помашем на себя воздух их контейнера и понюхаем какой резкий и ароматный запах у лука.

**Воспитатель:** Вижу слезки появились, теперь вам понятно, почему про лук говорят : Никого не огорчает,

А всех плакать заставляет.

А какие ещё пословицы и поговорки о луке вы знаете?

**Дети:** «Лук да баня всё поправит».

**Воспитатель:** Что это означает?

**Дети:** Лук и баня помогут больному человеку выздороветь.

**Дети: «**Лук от семи недуг.»

**Воспитатель:** От каких недуг?

**Дети:** Народ верил, что лук защищает от разных болезней.

**Дети: «**Ешь лук – чаще зубы будут.»

**Воспитатель:** Как это понимать?

**Дети:** Кто ест лук, у того зубы не болят

**Дети:** «Лук добро и в бою и во щах.»

**Дети:** «Где лук там и слёзы.»

**Кот Матроскин:** И у меня слёзы льются когда я чищу лук.

**Воспитатель:** Предлагаю вам поиграть **(мимическая гимнастика.)**

Покажите какие вы бываете когда болеете? (грустная мимика)

А когда сильно пахнет луком? (недовольная мимика)

Когда режем лук? (плачем, трём глаза кулачком)

Когда едим? (морщимся)

Покажите какие вы довольные, когда лук уже съели? (улыбаемся)

Теперь покажите какие вы бодрые и сильные? (маршируем)

**Кот Матроскин:** Молодцы, а что ещё вы знаете о луке?

**Дети:** Лук называют доктором, в нём есть полезные вещества, которые называются фитонциды. Это полезные вещества не только для самих растений, но и для человека.

**Дети:** Фитонциды лука обладают высокой бактерицидной активностью. Известно, что они убивают практически все виды болезнетворных микробов. Ни один антибиотик не может сравнится с ним по силе воздействия. Поэтому лук считают врачом – он и от простуды защитит и силы даёт.

**Кот Матроскин:** Где же в луке находятся эти фитонциды?

**Воспитатель:** Фитонциды находятся в клетках лука.

**Дети:**  А почему же мы плачем?

**Воспитатель:** Клеточная стенка- это перегородка, стеночка между клетками. Она защищает клетку и помогает ей сохранить нужную форму. Благодаря ядру клетка растёт и размножается. А внутри вакуоли находится клеточный сок. Тот самый, который брызжет в разные стороны и вызывает слёзы, когда мы режем лук.

**Кот Матроскин:** Кто же дяде Фёдору лекарство приготовит. Шарик на охоту ушёл охотничек выискался.

**Воспитатель:** А что конкретно болит у дяди Фёдора?

**Кот Матроскин:** Болит горло, в ухе стреляет, кашель и насморк его одолел.

**Воспитатель:** Что же делать?

**Дети:** Дяде Фёдору нужно помочь. Приготовим ему целебное луковое лекарство.

**Кот Матроскин:** Вот спасибо ребятки.

**Воспитатель:**  У нас с вами есть секретная лаборатория. Чтобы приготовить лекарство нам надо разделится на группы. Выбирайте за каким столом вы будете работать.

1 группа приготовит лекарство от кашля.

**Дети:** При кашле смешиваем сок лука пополам с мёдом. Хорошо перемешиваем. Полученную смесь пить по одной чайной ложке 3 раза в день.

2 группа сделает капли в нос от насморка .

**Дети:** Чтобы приготовить капли от насморка нам понадобится 1 чайная ложка сока лука , смешиваем с 1 чайной ложкой воды, хорошо перемешиваем, полученный раствор необходимо закапывать в нос по 1-2 капли каждый час.

3 группа готовит компресс, чтобы не болели ушки.

**Дети:** Возьмём несколько кусочков репчатого лука, тщательно завернём их в ватку так, чтобы они не вываливались, полученные тампоны вставьте в уши, но не очень глубоко. Боль скоро утихнет.

4 группа делает вкусный раствор полоскать горлышко от ангины.

**Дети:** Чтобы приготовить раствор для полоскания горла нам понадобится лимон, лук и вода. Смешивает сок лимона, сок лука и воду, полученным раствором полоскать горло каждый час.

**Воспитатель:**  Давайте сложим наше луковое лекарство в контейнер, чтобы Матроскину было удобно нести.

**Матроскин благодарит детй.**

**Физминутка.**

**(проводит кот Матроскин)**

В огороде по утру, погляди на грядку.

(наклоны вперёд-назад)

Лук зелёный на ветру делает зарядку

(потягиваемся вверх)

На зарядку встали в ряд репа и редиска

(ходьба на месте)

Там листочки вверх глядят

(руки вверх и машем)

Здесь пригнулись низко.

(присесть)

**Воспитатель:** Ой, а я и не знала, что коты такие умные бывают. Я думала, что они только сосиски из кастрюль воровать умеют и на крышах кричать. А тут на тебе не кот, а медсестра.

**Кот Матроскин:** Подумаешь, я ещё и пироги печь умею и салат приготовить могу. Хотите и вас научу.

**Дети:** Хотим.

**Кот Матроскин:** Мы сейчас будем готовить такой салат, чтобы морковь в нём была не сырая, а варёная, зелёный горошек- не сырым не варёным, а консервированным. Ну, а лук репчатый, чтобы был не солёным, не варёным, не консервированным, а таким, чтобы свойств своих целебных не терял?

**Дети:** Свежим.

**Воспитатель:** Да, задал ты нам задачку. Ребята, кто запомнил какими должны быть овощи в салате? **(для приготовления салата одеваем фартуки и колпаки.)**

**Дети: (рассказывают во время приготовления)** Для приготовления салата нам понадобится натёртая варёная морковь, зелёный горошек консервированный, свежий нашинкованный репчатый лук. Всё смешиваем, солим, добавляем масло.

**Кот Матроскин:** Ну, теперь попробуйте какой вкусный салат у вас получился.

А ещё у меня есть для вас подарок. Я сам испёк вам луковый пирог. И приглашаю вас на чаепитие.