## **Конспект дидактической игры «Полезные и вредные продукты»**

**Цель:** формирование представления у детей о здоровой пище, о вредных и полезных продуктах питания. Способствовать формированию у детей представлений о роли полезной и вредной еды в жизни.

**Задачи:** ознакомление детей с полезными и вредными продуктами питания, их значением для здоровья. Развивать зрительное восприятие, произвольное внимание, логическое мышление, речь. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, правильно питаться.

**Ход занятия:**

**(дети сидят на стульчиках на ковре)**

**Воспитатель:**Ребята, сегодня мы с вами поговорим о вкусной и здоровой пище, а также о вредной пище.

Скажите, человек может прожить без еды?

**Дети:** Нет

**Воспитатель:** Какое-то время может, но совсем немножко. Чтобы человек хорошо рос, развивался, ему необходимо каждый день кушать – питаться.

А чем питается человек?

**Дети:** Мясо, рыба, молоко, овощи.

**Воспитатель:** Ребята, как вы думаете, что будет, если мы будем, есть одни сладости торты, пирожное, мороженое.

**Дети: заболят** зубы, заболит живот.

**Воспитатель:** правильно ребята, для того чтобы вы росли крепкими и здоровыми малышами, вам необходимо употреблять разнообразную пищу, а не только сладкое и вкусненькое.

Хотите узнать, чем же нужно питаюсь, чтобы быть сильными и здоровыми

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** тогда отгадайте **загадки:**

Должен есть и стар и **млад**

Овощной всегда *(салат)*

Будет строен и высок

Тот, кто пьет фруктовый *(сок)*

Знай, корове нелегко

Делать детям *(молоко)*

Я расти, быстрее стану,

Если буду, есть *(сметану)*

Знает твердо с детства Глеб

На столе главней всех *(хлеб)*

Ты конфеты не ищи –

Ешь с капустой свежей *(щи)*

За окном зима иль лето

На второе нам – *(котлета)*

Ждем обеденного часа-

Будет жаренное *(мясо)*

Нужна она в каше, нужна и в супы,

Десятки есть блюд из различной *(крупы)*

Мясо, рыба, крупы, фрукты –

Вместе все они – *(продукты)*

**Воспитатель:** Молодцы ребята! Все загадки отгадали. А вы употребляете в пищу эти продукты?

Ребята, давайте попробуем разобраться, что **полезно для здоровья**, а что нет.

**Игра «Полезно -вредно»**

**Воспитатель:** Ребята, а сейчас мы с вами поиграем. Если продукт полезный, хлопните в ладоши и громко скажите: «Да!», если неполезный, тогда все дружно топните и скажите: «Нет!

Есть вредные и полезные продукты питания.

Кто даст правильный ответ,

Что полезно, а что нет?

Каша - вкусная еда

Это нам полезно? **(да)**

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? **(да)**

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? **(нет)**

Щи отменная еда

Это нам полезно? **(да)**

Мухоморный суп всегда-

Это нам полезно? **(нет)**

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? **(да)**

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки **(нет)**

Овощей растет гряда

Овощи полезны? **(да)**

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? **(да)**

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? **(да)**

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? **(да)**

**Игра «Правильно-неправильно»:**

Слушайте внимательно,

Делайте старательно.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Вы потопайте - нет, нет!

1. Постоянно нужно есть,

Для здоровья важно:

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу *(дети хлопают)*.

2. Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад *(топают - нет, нет)*.

3. Зубы вы почистили

И идите спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать *(топают - нет, нет)*.

**Игра сортировка «Овощи и фрукты»**

**Игра «Съедобное не съедобное»**

В завершении занятия дети поиграли в игру **«Вредная и полезная еда»**