**Ноябрь 2013 год**

**Занятие: « Из чего делают кашу?»**

**Цели:**

- Формировать знания детей о здоровом питании, о пользе каши в рационе детского питания.

- Закреплять умения у детей называть разные крупы, разные каши, фрукты, ягоды.

- Проинформировать детей, как и из чего варят каши, с чем их едят.

-Воспитывать положительное отношение у детей к здоровому питанию. Вызвать желание у детей вести здоровый образ жизни.

- Развивать у детей эмоциональную отзывчивость.

- Учить детей понимать смысл пословиц, объяснять его другим.

- Развивать у детей интонационную выразительность речи.

- Закреплять у детей умение вырезать детали по контуру, выполнять аппликацию аккуратно.

**Материалы:** 2 подноса, продукты (крупа, молоко, сахар, соль, масло, овощи, чай, кофе, конфеты, йогурт, волчок со стрелкой, тарелки с кашей, заранее сделанные детьми; дольки фруктов, ягоды, орехи, заранее вырезанные детьми; клей, салфетки,

**Предварительная работа:**

1. Беседа о крупах, их рассматривание.

2. Знакомство с пословицами и стихами о каше.

3. Изготовление тарелок с кашей (каша выполняется способом наклеивания крупы на заранее вырезанную и расписную тарелку, края тарелки расписываются элементами дымковской росписи).

4. Вырезание фруктов, ягод, орехов.

5. Игра малой подвижности «Раз, два, три – ты, горшочек наш, вари».

Сорока-белобока кашу варила, деток кормила. Этому дала, этому дала, этому дала, этому дала и этому дала. Все детки сытые, довольные, здоровые, сильные и красивые.

- Ребята, чем кормила деток сорока-белобока?

-А вы любите кашу? Почему полезно есть кашу?

-Совершенно верно, в каше много полезных веществ и витаминов. Кто ест кашу – тот здоровый, сильный и красивый.

-Как вы думаете, почему о некоторых людях говорят: «Он каши мало ел. »

-Да, вы правы, это говорят о слабых и хилых людях, которые не едят каши.

-У нас, на Руси, народ сложил много пословиц про кашу. Вспомните, какие вы знаете? Русская каша – матушка наша. Кашу маслом не испортишь. Что за обед, коли каши нет. Щи да каша – пища наша. Хороша каша, да мала чаша.

(Воспитатель спрашивает, почему так говорят)

-Молодцы! Много пословиц знаете про кашу. А из чего варят кашу? (Из крупы)

-Назовите, какую крупу вы знаете? (Гречка, пшено, рис, манка, геркулес)

-Давайте поиграем в игру «Скажи, какая каша».

Из гречки – гречневая; из пшена – пшенная, из геркулеса – геркулесовая; из риса – рисовая; из манки – манная; из овса – овсяная.

-Ребята, а какая каша самая полезная? Наши ребята приготовили стихи о кашах и для гостей, и для своих друзей. Мы их послушаем и решим, какая каша самая полезная.

Мы расскажем вам про кашу – и про вашу и про нашу.

Много разных варят каш, и рассказ об этом наш.

В саду весело живем, каши вкусные жуем,

С каждым днем мы подрастаем, сил, здоровья набираем.

С детства кашу кушать надо, она лучше шоколада,

Гречку скушай ты с утра, день пройдет как на ура.

Кушай кашу «Геркулес» - это чудо из чудес!

Кушай, станешь силачом, любая гиря нипочем!

Кашу манную любят малыши! Белую пушистую едят от души.

Любят ее с маслом, любят с молоком,

Станут все красивыми и сильными потом!

Каша белая из риса полезней всякого ириса,

Зерна белые тверды, но налей в чугун воды,

Да поставь на огонек, да посыпь-ка сахарок,

Подсоли немножко – и берись за ложку.

В каше много витаминов, каша нам всегда нужна,

В каждом доме, в каждой кухне, каша быть всегда должна.

-Оказывается, каждая каша по-своему полезна и вкусна. В ней много витаминов и полезных веществ для здоровья и роста детей.

-Ребята, на подносе лежат разные продукты. Из них нужно выбрать те, которые нужны для приготовления каши. А ну – ка, кто мне скажет?

-Молодец, справилась с заданием. Можно варить кашу. Нужно выбрать молоко, соль, сахар, крупу, масло.

**Раз, два, три – ты, горшочек наш, вари. Молоко мы нальем, до кипенья доведем.**

**Раз, два, три – ты, горшочек наш, вари.Кашу нужно посолить, да и сахар положить.**

**Раз, два, три – ты, горшочек наш, вари. Мы крупу насыпаем, дружно все перемешаем.**

**Раз, два, три – ты, горшочек наш, вари. А потом положим масло,**

**Каша преет – «пых-пых-пых» для друзей и для родных,**

**Мы все дружно поедим и гостей всех угостим. Каша вышла-то у нас – просто класс!**

**-Молодцы, сварили вкусную кашу.**

-А что можно добавить в кашу, чтобы она стала еще вкуснее, полезнее? (Фрукты, ягоды, орехи)

Ребята, перед вами лежат тарелочки с вашей любимой кашей. Сделайте ее вкуснее и полезнее, добавив фрукты, ягоды, орешки.

-Для того чтобы работа спорилась, сделаем зарядку для пальчиков.

**Дети в сад поутру вышли.** (Загибаем пальцы по одному, начиная с мизинца)

**Персик, слива, груша, вишня.** (Смена рук)

**Апельсин и мандарин** (Загибаем по очереди большие пальцы)

**Их встречали как один** (Руки пожимают друг друга)

-Приступаем, наклеиваем фрукты, ягоды, орехи. Не забываем: формы намазываем на клеенке, лишний клей убираем салфеткой, кисточку кладем на подставку.

-Молодцы, какая у вас получилась полезная, вкусная, красивая каша. И я думаю, что кто не любит кашу, обязательно ее полюбит и расскажет всем о пользе русской каши.