

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ВЕЧЕР «СЕЙЧАС УЗНАЕМ»

ЦЕЛЬ: Рассказать детям о вкусной и здоровой пище.

- Ребята, сегодня мы поговорим с вами о здоровье. Кто хочет быть здоровым?
- А вы знаете, что каждый человек может сам себе укрепить здоровье! Недаром говорится: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!» Давайте выучим эти слова.
- А как мы можем себе помочь? Давайте об этом поговорим.
- Ребята, что такое здоровье? (Это - сила, это - красота, это - ум, это – когда всё получается.)
- А как можно укрепить своё здоровье? (Соблюдать режим дня, закаляться, заниматься физкультурой и правильно питаться.)
- Ребята, посмотрите Мойдодыр написал нам письмо. Что же он здесь написал? «Ребята, если вы внимательно осмотрите свою группу, то найдёте очень интересный рисунок...»

Дети находят плакат с изображением зуба.

- Что же здесь нарисовано? (зуб).
- Посмотрите, он какой-то странный. Одна половина зуба грустная, плачет, а другая – наоборот, весёлая, смеётся. Что же здесь произошло?

Дети рассказывают, какие продукты разрушают зубы, перечисляют их; находят картинки: конфеты, торт, шоколад, леденцы, мороженое...

- А давайте теперь назовём продукты, которые укрепляют зубы и весь наш организм. Я буду вам загадывать загадку, а вы находить ответ на картинках:

Круглое, красное,

Зелёный, худой,

На вкус прекрасное. (яблоко)

Наполнен водой. (огурец)

Красная девица носом гордится:

Твёрдый, сладкий, длинный, гладкий. (морковь)

Сам с кулачок, жёлтый бочок,

Острые ушки, кислинка в брюшке. (лимон)

- Молодцы, ребята! А теперь скажите, какие ещё полезные продукты вам

дают в детском саду? (Ответы.)

- Вот сколько полезных продуктов нам дают в детском саду. И основной продукт, который нас делает сильным, помогает расти и развиваться и без которого любое блюдо кажется невкусным, - это ... (хлеб). Есть очень хорошая пословица о хлебе: «Хлебушек – от земли, а силушка – от хлеба».

- Ребята, мы сегодня много узнали о полезных продуктах. И я вижу на ваших лицах улыбку. А ведь улыбка – это залог хорошего настроения!