Конспект занятия «Могут ли овощи принести вред нашему здоровью»

Конспект занятия «Могут ли овощи принести вред нашему здоровью»

ОО *«Речевое развитие»* Тропинка в окружающий мир *«*Могут ли овощи принести вред нашему здоровью*»*.

Цель: создание социальной ситуации развития детей в процессе организации познавательной деятельности *«Могут ли овощи принести вред нашему здоровью»*.

Задачи:

• создать условия для обучения детей формировать представления об организме человека, о работе некоторых внутренних органов, какие функции они выполняют.

• создать условия представление о нитратах, о том в каких растениях они содержаться и какой вред приносят человеку.

• обеспечить условия для обучения детей развивать познавательную активность, мышление, коммуникативные навыки.

• создать условия воспитывать бережное отношение к своему организму.

Материалы: модель изображения человека, карточки с изображением органов человека, карточки с изображением лекарственных трав, овощи.

Ход:

1. Ребята, поднимите правую руку и приложите её к сердцу и послушайте, как оно работает *(тихо или учащенно)*. А сейчас мы восстановим работу сердца. Вдох- выдох *(3 раза)* – восстановили работу сердца.

А теперь поговорим о нашем организме.

-Какие органы находятся в нашем организме?

Для чего нам нужен желудок?

Чтобы переваривалась пища.

Зачем человеку легкие?

Они помогают человеку дышать.

Какую роль играет сердце?

Сердце главный орган человека, он как насос перекачивает кровь по всем органам, без сердца человек не сможет жить.

Для чего нужна человеку грудная клетка?

Грудная клетка защищает наши легкие от ударов.

2. Ребята, для того чтобы организм человека хорошо работал, что для этого нужно?

Какие овощи нас кормят?

Все овощи очень полезны для человека. Овощам, как и человеку нужно что? Питание.

Если растению не хватает питания, оно может погибнуть.

Как человек помогает растениям? Он их поливает, подкармливает, удобряет.

Какие удобрения, вы знаете? Зола, навоз, азотные, калийные, фосфорные удобрения.

Для чего нужны удобрения? Чтобы растения лучше росли.

Но иногда человек, перекармливает растения. Тогда лишние удобрения сохраняются в овощах, образуя в них вредные вещества, которые называются нитратами. Это вредно для здоровья человека.

Загадка.

Уродилась я на славу

Голова бела, кудрява,

Кто любит щи –

Меня ищи.

Что это? Это капуста.

Как вы думаете для чего нужна капуста?Капуста нас кормит, а также лечит.

Ребята, запомните: в кочерыжке и зеленых листьях больше всего содержаться нитраты.

Пальчиковая гимнастика *«Пирожки»*

1,2,3,4,

Ловко тесто замесили,

Раскатали мы кружочки,

И слепили пирожочки.

Пирожки мы испечем

С разною начинкою

И с капустой, и с морковкой

Из печи мы их достали,

Угощать всех стали.

Педагог загадывает следующую загадку.

Сарафан на сарафане,

Платьице на платьице,

А как станешь раздевать

Досыта наплачешься.

Что это? Это лук.

Правильно. Свежий сок лука употребляют при ангине, кашле, бронхите. Нитраты находятся в донце луковицы, там где корешки, поэтому донце у луковицы нужно обрезать побольше.

Загадка.

В землю вросло.

Сверху толсто.

Снизу востро.

Собою красно?

Что это? Это свёкла.

В свекле и в картофеле нитраты находятся в кожуре, поэтому её надо очищать.

Физкультминутка.

Чтобы быть здоровым.

Надо нам зарядку делать.

Ручки мы поднимем: Ох!

Сделаем глубокий вдох!

Наклонимся вправо- влево,

И в ладоши вместе: *«Хлоп!»*

И не хмурьте лоб!

Потянулись- потянулись…

И друг другу улыбнулись.

Ребята, в каких овощах нет нитратов? В соленых.

Как вы считаете, могут ли навредить нашему здоровью овощи?

Да могут, если мы не будем знать, что такое нитраты и где, в какой части растения они содержаться.

Наш организм лечат не только овощи, но и лекарственные травы. Какие лекарственные травы вы знаете?

Зверобой, мята, душица, шиповник, тысячелистник, мать и мачеха.

А напоследок послушайте стихотворение Н. Кончаловской.

Показал садовод.

Нам такой огород.

Где на грядках,

Заселенных густо.

Огурбузы росли.

Помидыни росли.

Редисвёкла, чеслук и репуста,

Сельдерошек поспел.

И моркофель дозрел.

Стал уже осыпаться спаржовник,

А таких баклачков,

Да мохнатых стручков.

Испугался бы каждый садовник.

3. Понравилось стихотворение?

Какие чудо овощи вам запомнились?

Какие названия спрятались в этих смешных словах?.

Чтобы быть всегда здоровым и сильным, я предлагаю вам попить чай из лекарственных трав.