Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеобразовательного вида № 400

городского округа Самара

**Конкурс**

**Методических разработок *«Лучшая методическая разработка***

***воспитательно-образовательной работы – 2015»***

Номинация: ***«Будь здоров, малыш!»***

Конкурсант: ***Морозова Людмила Станиславовна, воспитатель***

Тема конкурсного материала: ***«Путешествие в страну Правильного питания» (общеобразовательная программа формирования ценностей здорового образа жизни)***

Г. Самара, 2015

**Содержание**

**Введение ……………………………………………………………………………… 3**

**Пояснительная записка к программе ……………………………………………. 6**

**Перспективные планы занятий по годам обучения …………………………… 9**

**Диагностика ………………………………………………………………………… 21**

**Список литературы ………………………………………………………………… 26**

**Приложение ………………………………………………………………………….. 27**

**Введение**

*Ни что так не содействует успеху нашей*

*деятельности, как крепкое здоровье, наоборот,*

*слабое здоровье слишком мешает ей.*

*Ф.Бэкон*

Вопросы охраны и защиты здоровья детей в настоящее время являются первостепенной задачей государства. Главнейшим определяющим фактором здоровья считают разумный, осознанный выбор средств и действий для формирования здоровья и здорового образа жизни.

Проблему оздоровления населения в настоящее время пытаются решить на разных уровнях государственной власти, общественных организаций и образовательных учреждений. В современном образовании в последние годы стали четко проявляться негативные тенденции, среди которых наиболее тревожными являются состояние физического, психического и нравственного здоровья детей. Это выражается в увеличении заболеваний желудочно-кишечного тракта, нервно-психической сферы, дыхательной и сердечно - сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, соответственно снижающих эффективность учебной деятельности и адаптацию к образовательному процессу.

Задача родителей и педагогов – вернуться к истинной ценности – здоровому образу жизни, привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, помочь ему выбрать только полезные, соответствующие здоровью факторы и отказаться от вредных. Выполнение поставленных целей и задач зависит от слияния **трех показателей**:

1. Наследственность.
2. Окружающая среда.
3. Образованность – является наиболее поддающимся изменению показателем.

В личностно-ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта – наиболее ценно для его развития, ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С.И.Ожегова: «Правильная, нормальная деятельность организма».

Одной из основных составляющих нормального функционирования организма является правильное питание. Здоровье наших детей во многом зависит от правильного и здорового питания.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, ведущим фактором благоприятного развития является забота о здоровье, создании комфортных условий жизни, соответствующих гигиенических и медико-педагогических рекомендациям, в том числе и формированию основ культуры питания.

Работа в ДОУ организована по целому ряду направлений, одно из которых – формирование у дошкольников основ рационального питания, воспитание у них культуры здоровья.

Программа «Путешествие в страну Правильного питания» разработана в соответствии с:

- «Законом об образовании РФ» (принят 10 июля 1992 года № 3266-1 ред. От 27.12.2009 № 374-ФЗ);

- «Санитарно-эпидемическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПин 2.4.1.2660-10\* (утв. Главным государственным врачом РФ 22.07.2010 г.);

- «Типовым положением о дошкольном образовательном учреждении (утв. Постановлением Правительства РФ от 12 сентября 2008 г. № 666);

- «Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (утв. Приказом Минобрнауки России от 23.11.2009 г. № 655, Регистрационный № 16299 от 8 февраля 2010 г. Министерства юстиции РФ);

- «Федерального государственного стандарта дошкольного образования» (утв. Приказом Минобрнауки России от 25.11.2013 г. № 6241, Регистрационный № 30384 от 14.11.2013 г. в Минюсте РФ);

- «От рождения до школы» (программа под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой);

- Уставом ДОУ.

Задачи, содержание, объем образовательных областей, основные результаты освоения программы, подходы и принципы построения образовательного процесса отражают ориентиры и запросы семьи, общества и государства Российской Федерации.

Программа «Путешествие в страну Правильного питания» (см. таблицу №1) обобщает имеющийся теоретический материал, проведенные отдельные занятия, игры, праздники, развлечения по теме правильного питания и органично входит в программу оздоровления дошкольника. Данная программа рассчитана на 4-х летний курс обучения (со второй младшей до подготовительной к школе группы включительно). Подбор материалов проводился с опорой на требования ФГОС, ФГТ и программы воспитания и обучения в детском саду под редакцией М.А.Васильевой с учетом зоны ближайшего развития ребенка и организации тематически направленной развивающей среды. Программа учитывает возрастные особенности развития детей, предполагает индивидуальный подход к каждому ребенку.

Усвоение навыков здорового образа жизни возможно при условии целенаправленного систематического взаимодействия между ДОУ и семьей.

**Пояснительная записка к программе**

**Цель**: Укрепление здоровья и формирование сознательного отношения к нему. Формирование ценностей здорового образа жизни и способов их реализации; воспитание психофизически здорового, интеллектуально развитого, социально активного ребенка, гармонично входящего в школьный социум.

**Задачи:**

***Образовательные:***

1. Обеспечение познавательно-речевого, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития детей.
2. Дать представление о здоровом образе жизни ( полезная и вредная пища, традиционное питание, региональный компонент, источники питания, приготовление пищи, витамины и их содержание в продуктах, способствующие развитию тела и ума, правила приема пищи и поведения за столом).
3. Наладить систематическую работу с родителями, направленную на выработку единых ценностей здорового образа жизни (совместные с детьми праздники, задания на дом, анкетирование, выставки, беседы, тематические родительские собрания, информирование о здоровом образе жизни).
4. Разработать и накопить методические материалы по теме «Здоровы образ жизни» (конспекты занятий, дидактические игры, загадки, пословицы, сценарии праздников).
5. Создать благоприятный эмоциональный климат при работе с детьми (разнообразные формы проведения занятий, индивидуальный подход, позитивная установка на обучение).

***Развивающие:***

1. Стимулирование коммуникативной, познавательной, игровой активности детей в разных видах деятельности.
2. Развитие инициативности, любознательности, произвольности и способности к творческому самовыражению.
3. Развитие познавательно-исследовательской деятельности.

***Воспитательные:***

1. Развитие компетентности в сфере отношений к миру, к себе, к людям, к природе.
2. Взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка.

**Принципы осуществления образовательного процесса:**

- системность;

- единство целей воспитателя и воспитанника;

- приоритет субъект-субъектных отношений;

- приоритет чувственного освоения окружающего мира на основе доверия к своим ощущениям;

- многовариативность в решении проблемных задач, предоставление ребенку права выбора и его обоснования;

- сопричастность и ответственное отношение воспитанника.

В рамках программы определены гуманистические подходы, направленные на реализацию выделенных принципов: пробуждение сенсорной активности; установка на удивление; право на ошибку.

**Формы и методы занятий:**

- традиционные, практические и комбинированные;

- игры, участи в конкурсах.

**Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:**

- словесный (беседа, рассказ)

- наглядный (показ, наблюдение)

- практический (выполнение работ по инструктивным картам, схемам и др.)

**Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей**:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают данную информацию;

- репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

- частично-поисковый – воспитанники ищут решение поставленной задачи совместно с педагогом;

- исследовательский – сам ребенок без помощи воспитателя выполняет работу.

**Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности воспитанников на занятиях**:

- фронтальный – совместная работа педагога со всеми детьми;

- индивидуально-фронтальный – в индивидуальной и фронтальной работе может попросить помощи у воспитателя;

- групповой – совместная коллективная работа детей;

- индивидуальный – ребенок выполняет поставленную перед ним задачу.

**Этапы осуществления программы:**

- диагностико-адаптационный этап (определение уровня физического здоровья дошкольников, уровень речевого и познавательного развития)

- коррекционно-развивающий этап (выявление резервных возможностей развития детей)

- аналитический этап (анализ уровня развития дошкольников, оценка личностных изменений).

**Организационно-методическое обеспечение программы**

Количество детей не более 10-12 человек.

Продолжительность занятий:

- во второй младшей группе – 15 минут (1 раз в месяц)

- в средней группе – 20 минут (2 раз в месяц)

- в старшей группе – 25 минут (2 раза в месяц)

- в подготовительной к школе группе – 30 минут (2 раза в месяц)

**Формы работы:**

- индивидуальная;

- групповая;

- коллективная.

**Ожидаемые результаты:**

1. Дети узнают и получают элементарные навыки приготовления пищи.
2. Дети учатся сравнивать и различать продукты, пробуя и описывая их свойства.
3. Осваивают действия, связанные с чисткой овощей, снятием кожуры с фруктов, замешиванием теста, способствуют формированию и развитию координации, мелкой моторики рук, силы рук, плечевого пояса и др.
4. Социализация на следующих этапах обучения проходит более успешно.
5. Формируются социальные навыки и представления о культуре питания.
6. Успешное, совместное приготовление блюда, возможность разделить его с друзьями, сопереживание в случае неудачи способствует эмоциональному развитию.
7. При приготовлении салатов, винегретов, соков, теста разной формы, нарезании овощей дети более успешно осваивают цвета, форму, у них активируются вкус, обоняние, осязание, зрение.

Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания: разнообразие; гигиена; рацион; приготовление пищи; этикет; традиции и культура.

**Перспективный план занятий**

**1-й год обучения (вторая младшая группа)**

Знания, умения, навыки, полученные детьми:

Знания:

1. Основные овощи и фрукты.
2. Основные правила поведения за столом и вовремя еды.
3. Некоторые традиции русской кухни.
4. Элементарные представления о вредной и полезной пище.

Умения:

1. Различать основные овощи и фрукты по внешнему виду и называть их.
2. Вести себя правильно за столом при постоянном контроле воспитателя.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цели и задачи** | **Форма проведения** |
| Сентябрь | «Что растет на грядке» | Уточнить знания детей об овощах (различия овощей по названию, цвету и форме).  Учить различать овощи на вкус, на ощупь.  Рассказать детям о пользе овощей.  Обогатить словарный запас детей прилагательными по данной теме (овощи вареные, сырые, горькие) | Беседа с использованием муляжей, предметных картинок с изображением овощей.  Пробы настоящих овощей, дидактическая игра «Чудесный мешочек». |
| Октябрь | «Фрукты. Сварим компот для куклы» | Уточнить знания детей о фруктах (название, цвет, форма), расширить их.  Выяснить различия между овощами и фруктами. | Игра-инсценировка (используются настоящие фрукты, посуда для приготовления компота) |
| Ноябрь | Уроки этикета: «К нам пришли гости» | Формировать представления о правилах сервировки стола, поведения за столом и приема гостей. | Проводится в форме практического занятия, каждый ребенок принимает участие в сервировке стола. |
| Декабрь | Для чего люди отдыхают?  «Спи глазок, спи другой…» | Развивать у детей понимание значения отдыха для человека.  Рассказать о пользе дневного и ночного сна, о том, что нужно для того, чтобы сон был крепче. | Беседа познавательного характера с использованием методических пособий и практического опыта детей. |
| Январь | «Чистота – для здоровья нам нужна!» | Развивать у детей понимание значения соблюдения правил гигиены, в том числе времени приема пищи. | Беседа познавательного характера с использование наглядных методических пособий. |
| Февраль | «Витамины зимой» | Познакомить детей со значением витаминов для здоровья человека.  Рассказать о том, какие витаминосодержащие овощи и фрукты можно вырастить дома зимой. | Занятие познавательного типа.  Практическая работа: посадка лука и чеснока на зеленое перо. |
| Март | Чаепитие на Руси «Милости просим на чашку чая!» | Рассказать о традициях русского чаепития.  «Испечь» из соленого теста печатные пряники. | Открытое комбинированное занятие, проводится в русской избе (используются: 2-3 самовара разных видов, соленое тесто, печати, приборы для сервировки стола). |
| Апрель | Лакомство для Винни-Пуха | Рассказать детям, откуда берется мед и его пользе. | Занятия познавательного типа (используются: мед, игрушечный Винни-Пух, иллюстративный материал по данной теме). |
| Май | «Путешествие во Фруктовую страну» | Уточнить и закрепить знания детей о фруктах: название, цвет, форма, вкус.  Учить образовывать прилагательные от существительных: яблоко – яблочный, апельсин – апельсиновый, ананас – ананасовый. | Открытое занятие.  Проводится в музыкальном зале (используются: свежие фрукты, скатерти, сок, фруктовые «ежики»). |

**Перспективный план занятий**

**2-ой год обучения (средняя группа)**

Знания, умения, навыки, полученные детьми:

Знания:

1. Элементарная схема приготовления салатов.
2. Основные названия групп зерновых и каш, из них получаемых.
3. Элементарные представления о меде и его пользе.
4. Элементарные знания о профессии повара.
5. Полезные и вредные продукты.
6. Значение хлеба в традиционном русском питании.
7. Элементарные представления о витаминах и их значении.
8. Представление о значении воды для человека.
9. Режим питания (завтрак, обед, полдник, ужин).

Умения:

1. Различать овощи, фрукты и ягоды по общему признаку или признакам и назвать виды сока, получаемого из них.
2. Чистить фрукты и готовить элементарные овощные и фруктовые салаты.
3. Уметь различать продукты по вкусу.
4. Вести себя за столом с эпизодическим контролем воспитателя.
5. Высаживать лук на грядку и сеять овес.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цели и задачи** | **Форма проведения** |
| Сентябрь | Овощи и фрукты – самые витаминные продукты.  «Советы доктора Айболита» | Закрепить и расширить знания детей об овощах и фруктах, их разнообразии и пользе в питании | Занятие познавательного типа, игра «Волшебные загадки» (используются: тексты загадок об овощах и фруктах, овощи и фрукты). |
| Октябрь | Приготовление «Осеннего салата» | Закрепить знания детей о пользе овощей, учить работать по технологической карте-схеме приготовления блюда.  Учить пользоваться ножом и работать в коллективе. | Практическое занятие (используются: наборы посуды для приготовления блюда, фартуки и поварские колпаки, овощи: огурцы, помидоры, перец, капуста, лук, зелень; растительное масло) |
| Приготовление салата «Фруктовое лакомство» | Закрепление знаний детей о фруктах и их пользе.  Познакомить с технологией приготовления фруктового салата.  Продолжать учить пользоваться столовыми приборами.  Закреплять санитарно-гигиенические навыки. | Практическое занятие, сюжетно-ролевая игра (используются: набор посуды для приготовления блюда; фрукты, мороженое или йогурт) |
| Ноябрь | Садовые и лесные ягоды: «Вкус у ягоды хорош…» | Познакомить детей с разнообразием лесных и садовых ягод.  Рассказать о полезных свойствах ягод.  Провести дегустацию соков из разных ягод. | Занятие познавательного типа, практический опыт (используются: иллюстративный наглядный материал по данной теме, соки и компоты из разных ягод, загадки о ягодах). |
| Декабрь | Из чего варят кашу?  «Вкусна, сладка, глядит из горшка…» | Рассказать детям, из чего и как варят кашу.  Познакомить с разными видами круп.  Обогатить словарный запас.  Сформировать представление детей о завтраке, как обязательном компоненте ежедневного меню. | Занятие познавательного типа, практикум по различению круп (используется крупа разных видов). |
| Полезные и вредные продукты. | Дать представление о том, какие продукты полезны для организма человека, а какие вредны. | Проводится в виде воображаемой экскурсии по разным отделам магазина, сюжетно-ролевая игра «Магазин» (используются: оборудование для магазина, наглядные пособия по теме «Продукты питания», а также настоящие продукты). |
| Январь | Экскурсия на пищеблок детского сада  «В гости к поварам» | Познакомить детей с особенностями работы повара, с оборудованием, используемым на пищеблоке.  Сформировать представление о функциях техники на пищеблоке.  Воспитывать уважение к труду взрослых. | Проводится в виде экскурсии и беседы с поварами детского сада. |
| Февраль | Как правильно есть? | Развивать у детей понимание значения и необходимости режима и соблюдения правил гигиены во время приема пищи.  Напомнить о необходимости использования только свежих продуктов и чистого оборудования для приготовления пищи. | Проводится в виде познавательной беседы (используются: плакат по данной теме и иллюстративный материал) |
| Хлеб, откуда он к нам пришел.  «Плох обед, если хлеба нет» | Формировать представление детей о значении хлеба в рационе питания.  Познакомить с содержанием рассказа В.Мусатова «Как хлеб на стол попал». | Беседа по прочитанному произведению (используются наглядные пособия по теме). |
| Март | «На вкус и цвет -товарища нет» | Познакомить с разнообразием вкусовых свойств разных продуктов.  Развивать практические умения в распознавании различных продуктов. | Проводится в виде практического занятия (используется набор продуктов: лимон, соленый огурец, яйцо, конфеты). |
| Апрель | «Где найти витамины зимой?» | Закрепить знания детей о значении витаминов, особенно весной.  Рассказать о источнике витаминов в весенний период. | Познавательная беседа, эксперименты и практикум (используются: сушеные овощи, фрукты, свежий лук, чеснок, зелень; ящики с землей, семена для посадки) |
| «Как утолить жажду?» | Сформировать представление о значении жидкости для человека.  Рассказать о ценности различных напитков, их пользе и вреде. | Проводится в виде беседы и дегустации разных видов напитков (используются различные напитки: чай, минеральная вода, сок и т.п.) |
| Май | Итоговое занятие «Вкусные истории» | Закрепить и показать полученные знания по данному курсу.  Обобщить знания о правильном и здоровом питании и образе жизни. | Проводится в виде праздника вместе с родителями в спортивном зале (используются плакаты – на протяжении всего курса, спортивный инвентарь, фрукты, овощи, соки). |

**Перспективный план занятий**

**3-ий год обучения (старшая группа)**

Знания, умения, навыки, полученные детьми:

Знания:

1. Режим дня в соответствии с временными понятиями (утро, день, вечер).
2. Классификация овощей, фруктов, ягод; их значение для человека, целебные свойства.
3. Схема приготовления каш и виды добавок к ним.
4. Продукты питания, заменяющие сахар.
5. Правила приема гостей, сервировка стола.
6. Русские народные праздники: Масленица, День весеннего равноденствия.
7. Приемы заготовки овощей и фруктов.

Умения:

1. Готовить овощные и фруктовые салаты (по усложненной схеме приготовления).
2. Сервировать стол.
3. Выбирать из ряда продуктов вредные и полезные и группировать их.
4. Изготавливать из теста «жаворонков».
5. Сеять на грядке семена зелени, ухаживать за посадками.
6. Вести себя за столом с частичным контролем воспитателя.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цели и задачи** | **Форма проведения** |
| Сентябрь | Давайте знакомиться | Познакомить детей с картой страны Правильного питания.  Уточнить понятие правильное питание. | Карта страны Правильного питания. |
| Знакомство с режимом дня | Дать знания, что для лучшего роста ребенка необходимо соблюдать режим сна, игры, еды, отдыха.  Закрепить знания частей суток. | Картинки с режимными моментами. |
| Октябрь | Овощи | Закрепить знания детей об овощах.  Дать знания о русских национальных блюдах из овощей, заготовке овощей. | Занятие, сюжетно-ролевая игра «Овощной магазин». |
| Фрукты | Закрепить знания детей о фруктах.  Дать знания о русских национальных блюдах из фруктов, заготовке фруктов впрок. | Занятие, дидактическая игра «Чудесный мешочек». |
| Ноябрь | «Ах, картошка – объеденье» | Познакомить с появлением картофеля на Руси, его значением в питании. | Занятие. |
| Что нам осень принесла.  «Ярмарка» | Закрепить знание овощей и фруктов.  Учить различать их по цвету, размеру, вкусу, форме.  Учить готовить винегрет, фруктовый салат. | Развлечение, совместное с родителями. |
| Декабрь | «Россия – щедрая душа» | Познакомить детей с традициями национальной кухни.  Дать знания, что можно использовать для улучшения вкуса каши. | Познавательное занятие в русской избе. |
| Январь | «Сладок медок – заменит сахарок» | Дать знания о работе пчеловода, пользе меда для здоровья людей. | Познавательное занятие-аппликация. |
| Февраль | «В гостях у домовенка Кузи» | Повторить правила поведения за столом.  Воспитывать гостеприимство. | Сюжетно-ролевая игра. |
| Готовим чай.  «В гости к самовару» | Дать знания о традициях русского чаепития. | Занятие в русской избе. |
| Март | «Масленица» | Дать знания о блюдах праздничной масленичной кухни,  Рассказать, что блины можно готовить из различной муки. | Праздник. |
| «Где взять витамины зимой?» | Дать знания, что витамины могут храниться в овощах и фруктах до весны.  Учить проращивать лук, чеснок. | Занятие, наблюдение. |
| Апрель | Всем нужна чистая вода.  «Царица-водица» | Дать знания о питьевой воде, способах ее очистки.  Закрепить знания о вреде газированных напитков. | Эксперимент – фильтрование. |
| «Ловись рыбка, больша и велика» | Дать знания о пользе рыбы и морепродуктов. | Занятие и инсценировка отрывка из сказки. |
| Май | «Пища всякая нужна, пища всякая важна» | Обобщение пройденного материала.  Уточнение знаний о пирамиде правильного питания. | Праздник для детей и родителей. |

**Перспективный план занятий**

**4-ый год обучения (подготовительная к школе группа)**

Знания, умения, навыки, полученные детьми:

Знания:

1. Режим питания в соответствии с временными понятиями (часы, минуты).
2. Классификация продуктов питания: молочные, рыбные, мясные, овощные, фруктовые.
3. Особенности выращивания хлебных культур, их значение для человека; выпечка, хлебобулочные изделия.
4. Названия лесных ягод, грибов, их место в пирамиде правильного питания.
5. Названия съедобных и несъедобных грибов.
6. Основные витамины, в каких продуктах они есть.
7. Некоторые лекарственные травы (ромашка, крапива, шиповник, шалфей, мать-и-мачеха, лопух).
8. Глубокие знания о профессии повара.

Умения:

1. Готовить фиточай (под наблюдением взрослого), сервировать стол в зависимости от режимных моментов.
2. Составлять меню для завтрака, обеда, ужина.
3. Различать по внешним признакам съедобные и несъедобные грибы.
4. Строить пирамиду правильного питания.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цели и задачи** | **Форма проведения** |
| Сентябрь | «Вот и осень наступила» | Выявить знания детей о здоровом образе жизни, правильном питании.  Повторить знание карты страны Правильного питания.  Познакомить с новыми пунктами нашего путешествия. | Занятие-путешествие |
| Октябрь | «Путешествие пшеничного зернышка» | Рассказать, как выращивают хлеб.  Познакомить с разнообразием хлебных культур, их значением в питании людей. | Занятие. |
| «Хлеб – всему голова» | Закрепить знания детей о пользе хлеба, показать разнообразие хлебобулочных изделий.  Уточнить, что не все они полезны для организма. | Занятие, на котором дети представляют свои творческие проекты о хлебе. |
| Ноябрь | Капустник.  «В гости к Осени» | Рассказать, что в конце осени на Руси проводились капустные посиделки, где основным блюдом была капуста. | Праздник-развлечение, совместный с родителями. |
| Декабрь | «В лес по ягоды пойду» (путешествие в волшебный лес) | Рассказать о пользе грибов, ягод, орехов.  Учить определять место этих продуктов в пирамиде правильного питания. | Занятие. |
| Январь | «Традиции чаепития у разных народов» | Рассказать о различных чайных традициях.  Рассказать, что чай бывает с добавлением различных трав, меда.  Познакомить с целебными свойствами чая. | Занятие-путешествие. |
| «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!» | Рассказать, что молоко бывает не только коровье.  Познакомить с пользой молока, молочных и кисломолочных продуктов. | Занятие – презентация. |
| Февраль | Что едят на завтрак, обед и ужин? | Закрепить знание режима дня.  Учить подбирать продукты в соответствии с меню  Дать знания о необходимость соблюдения режима питания. | Занятие. |
| «Что такое витамины?» | Познакомить детей с некоторыми витаминами.  Рассказать, для чего они нужны человеку. | Беседа с врачом в медицинском кабинете. |
| Март | «Во время поста и пища проста» | Рассказать о постной пище, ее месте в традиционной русской кухне. | Занятие в русской избе. |
| Апрель | «На вкус и цвет товарища нет» | Закрепить знания о разнообразии вкусовых свойств разных продуктов.  Учить изменять вкус, используя различные добавки. | Занятие-практикум. |
| Май | «Приятного аппетита!» | Закрепить знание правил поведения за столом.  Составить пирамиду правильного питания. | Конкурс полезных блюд (совместное развлечение с родителями) |

**Диагностика**

**Индивидно-типологические проявления здоровья**

По этим показателям можно судить по степени активности и устойчивости витальных (психофизических) потенций, инициирующих активную позицию ребенка при формировании ведущих компонентов его целостного развития. Данная группа показателей позволяет воспитателю, не тратя дополнительных усилий, конструировать блоки воспитывающе-обучающей информации. Благодаря этим показателям воспитатель сможет адекватно обучать детей обще-познавательным действиям, «улавливать» темповые характеристики развития устной речи детей, группового, фронтального форм воспитания. Выявленные показатели здоровья ребенка ориентируют на корректировку изменений, происходящих в речевом становлении ребенка, ориентируя его на открытые, свободные взаимоотношения с другими детьми и родителями.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия и имя ребенка | 1-я группа здоровья | 2-я группа здоровья | 3-я группа здоровья | Всего детей |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Уровни готовности дошкольников к осознанному поведению**

1. **Низкий уровень** воспитанности дошкольников характеризуется невыраженной мотивацией познания объектов. У детей не сформировано представление поддержания собственного физического и психического здоровья. Такой ребенок не стремится к расширению знаний. Его эмоциональные реакции направлены только на яркие, внешние атрибуты окружающих объектов. Отмечается отсутствие стремления преодолевать познавательные трудности, предпочтение репродуктивных способов познания. Предметная направленность интереса ограничена индивидуальным опытом ребенка.
2. **Средний уровень** воспитанности обусловлен в основном стремлением к самоутверждению. В ситуациях, связанных с быстрым получением результата, ребенок способен правильно оценивать значимость сохранения собственного здоровья и окружающих. Он проявляет интерес к накоплению информации поверхностного характера.
3. **Высокий уровень** воспитанности отмечается у детей со сформированной внутренней мотивацией познания. У таких дошкольников сформировано устойчивое убеждение в необходимости заботливого отношения ко всем проявлениям жизни. Отмечается стремление проникнуть в сущность явлений и объектов, определить связи между ними, обязательно завершить познавательное действие.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Фамилия и имя ребенка | Уровни готовности поведения | |
| Начало учебного года | Конец учебного года |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Диагностические шкалы готовности дошкольников к осознанному поведению**

С помощью представленной измерительной шкалы оцените готовность дошкольников к осознанному поведению по трем критериям с помощью пятибалльной системы.

1. Количественный критерий – отметьте, сколько воспитанников группы овладели данным умением:

**1** – 20 % детей группы;

**2** – 20–40% детей;

**3** – 40–60% детей;

**4** – 60-80% детей;

**5** – более 80% детей.

1. Качественный критерий – оцените общий уровень подготовки детей по указанным признакам:

**1** – очень слабая подготовка;

**2** – слабая подготовка;

**3** – средняя подготовка;

**4** – хорошая подготовка;

**5** – отличная подготовка.

1. Оцените важность признака, внесенного в шкалу:

**1** – важность минимальна;

**2** – малой важности;

**3** – средней важности;

**4** – важно;

**5** – очень важно.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Шкала 1. Способность к самостоятельной организации оздоравливающих действий** | | | |
| 1.1.Находят фактическую ошибку в ходе выполнения гигиенических процедур при сопоставлении с образцом |  |  |  |
| 1.2.Оценивают результаты выполненных заданий, пользуясь ориентиром, данным воспитателем |  |  |  |
| 1.3.Организуют проверку своей работы и работы товарища, пользуясь ориентирами, данными взрослым |  |  |  |
| 1.4.Используют алгоритмы проверки, выполняемых действий. Контролируют последовательность выполнения своей работы и промежуточные результаты |  |  |  |
| 1.5.Оценивают качество выполненных заданий. Осуществляют самопроверку. Контролируют последовательность работы по самостоятельно составленному плану. Способны предвидеть возможные затруднения при выполнении задания, прилагают волевые усилия для преодоления возникших затруднений |  |  |  |
| **Шкала 2. Интеллектуально-коммуникативная готовность** | | | |
| 2.1.Способны сопоставлять группы объектов по одному существенному признаку, замечают изменения в объекте наблюдения по ориентирам, заданным взрослым |  |  |  |
| 2.2.Устанавливают тождественность, сходство и различия между несколькими предметами, определяют с помощью воспитателя наиболее существенные признаки наблюдаемого объекта |  |  |  |
| 2.3.Устанавливают логическую последовательность изложения событий (составляют рассказ по иллюстрации, устному плану воспитателя) |  |  |  |
| 2.4.Способны выделять в объекте внутренние признаки и качества. Различают основные и второстепенные признаки. Сравнивают конкретные объекты по различным признакам. Выполняют логическую группировку объектов. Устанавливают причинно-следственные связи |  |  |  |
| 2.5.Выделяют основные в материале, самостоятельно приходят к выводу на основе использования операций сравнения и аналогий, классифицируют и группируют изучаемый материал, качественно выполняют задание |  |  |  |
| **Шкала 3. Качество внимания как ведущего проявления интеллектуальной готовности** | | | |
| 3.1.Внимание непроизвольное, неустойчивое, концентрируется на незначительное время |  |  |  |
| 3.2.Внимание непроизвольное, вызвано внешней стимуляцией, но относительно устойчивое, поддерживается интересом ребенка |  |  |  |
| 3.3.Сосредотачивают внимание ненадолго при выполнении учебных действий, необходимость которых ими осознается |  |  |  |
| 3.4.Дошкольники способны надолго сосредоточить внимание на выполнении задания, необходимость которого осознается ребенком |  |  |  |
| 3.5.У детей преобладают мотивы, связанные со значимостью знаний для будущей жизни. Характерно стремление проникнуть в сущность изучаемого |  |  |  |
| 3.6.У детей выявляется после произвольное внимание, которое возникает на почве произвольного и протекает под контролем интереса |  |  |  |
| **Шкала 4. Мотивационно-волевая готовность** | | | |
| 4.1.Не стремятся к расширению круга своих знаний. Интерес к познанию сформирован на уровне любопытства. Не выражено стремление преодолевать трудности в процессе познания. Нет выраженного интереса к определенной области знаний |  |  |  |
| 4.2.Мотивация познания обусловлена стремлением к получению одобрения. Дети проявляют интерес к накоплению знаний поверхностного характера |  |  |  |
| 4.3.Характерна широкая познавательная направленность на все стороны знания |  |  |  |
| 4.4.Интересы детей связаны не столько с результатом познания, сколько с процессом добывания знаний. Познавательная направленность интереса перерастает в потребность знать |  |  |  |
| **Шкала 5.Действенно-практическая готовность** | | | |
| 5.1.Знания: | | | |
| - основные овощи и фрукты; классификация овощей, фруктов, ягод, их значение для человека, целебные свойства |  |  |  |
| - основные правила поведения за столом и во время еды; правила приема гостей, сервировки стола |  |  |  |
| - элементарные представления о вредной и полезной пище |  |  |  |
| - элементарная схема приготовления салатов |  |  |  |
| - схема приготовления каш и виды добавок к ним |  |  |  |
| - основные названия групп зерновых и каш, из них получаемых |  |  |  |
| - элементарные представления о меде и его пользе; продукты питания, заменяющие сахар |  |  |  |
| - полезные и вредные продукты |  |  |  |
| - значение хлеба в традиционном русском питании; особенности выращивания хлебных культур, их значение для человека; выпечка, хлебобулочные изделия |  |  |  |
| - элементарные представления о витаминах и их значении; основные витамины и в каких продуктах они есть |  |  |  |
| - представление о значении воды для человека |  |  |  |
| - режим дня в соответствии с временными понятиями (утро, день, вечер)(часы, минуты) |  |  |  |
| - режим питания (завтрак, обед, полдник, ужин) |  |  |  |
| -русские народные праздники: Масленица, День весеннего равноденствия |  |  |  |
| - классификация продуктов питания: молочные, рыбные, мясные, овощные, фруктовые |  |  |  |
| - названия лесных ягод, грибов, их место в пирамиде правильного питания |  |  |  |
| - названия съедобных и несъедобных грибов |  |  |  |
| - некоторые лекарственные травы (ромашка, крапива, шиповник, мать-и-мачеха, шалфей, лопух) |  |  |  |
| - элементарные знания о профессии повара |  |  |  |
| 5.2.Умения: | | | |
| - различать основные овощи, ягоды и фрукты по внешнему виду или признакам, называть их; назвать виды сока, получаемого из них |  |  |  |
| - чистить фрукты и готовить элементарные овощные и фруктовые салаты |  |  |  |
| - уметь различать продукты по вкусу |  |  |  |
| - сервировать стол в зависимости от режимных моментов |  |  |  |
| - составлять меню для завтрака, обеда, ужина |  |  |  |
| - выбирать из ряда продуктов вредные и полезные и группировать их |  |  |  |
| - сеять на грядке семена зелени, ухаживать за посадками |  |  |  |
| - различать по внешним признакам съедобные и несъедобные грибы |  |  |  |
| - различать некоторые лекарственные травы |  |  |  |
| - готовить фиточай (под наблюдением) |  |  |  |
| - строить пирамиду правильного питания |  |  |  |

**Список литературы**

1. Кузьменко Е.А., Федотова А.А. «Программа формирования ценностей здорового образа жизни» Практический журнал для воспитателей ДОУ «Воспитатель» № 5, 2009 год.
2. В.Т.Лободина, А.Д.Федоренко, Г.В.Александрова «В стране здоровья» (для работы с детьми 4-7 лет). Издательство «Мозаика-синтез» 2011 год.
3. И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» (для работы с детьми 2-7 лет). Издательство «Мозаика-синтез», 2009 год.
4. Н.С.Голицына «ОБЖ для младших дошкольников». Издательство «Скрипторий 2003», 2010 год.
5. Т.Н.Вострухина, Л.А.Кондрыкинская «Знакомим с окружающим миром детей 5-7 лет». М.:ТЦ Сфера, 2011 год.
6. Е.В.Марудова «Ознакомление дошкольников с окружающим миром (экспериментирование)». Детство-пресс, 2010 год.
7. Т.Г.Карелова «Формирование здорового образа жизни». Издательство «Учитель», 2009 год.
8. Н.Н.Лазарева «Комплексный подход в организации здорового образа жизни ребенка». Методические рекомендации для работников ДОУ //Н.Н.Лазарева, А.А.Асташкина. Тольятти, 2004 год.
9. Т.С.Яковлева «Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду». М.: Школьная Пресса, 2006 год.

**Приложение**

**«Витамины зимой»**

(вторая младшая группа)

**Образовательные задачи:**

1. Познакомить детей со значением витаминов для здоровья человека.
2. Рассказать о том, какие витаминосодержащие овощи и фрукты можно вырастить дома зимой.
3. Развивать умение обобщать по определенным признакам.
4. Помочь понять содержание стихотворения.

**Воспитательные задачи:**

1. Воспитывать любовь к природе, желание ухаживать за растениями, применять свои знания на практике.

**Развивающие задачи:**

1. Обогащать словарный запас.
2. Развивать наглядно-образное и логическое мышление.

**Оборудование:** ящик с землей; посадочный материал.

**Содержание:**

Воспитатель предлагает произнести чистоговорку:

Од-од-од - у нас славный огород

Ро-ро-ро – наполняй ведро водой

Ко-ко-ко – мы посадим семечко

Ем-ем-ем – мы из леечки польем.

- Что такое огород?

- Что растет на огороде?

*Воспитатель предлагает послушать стихотворение В.Кудрявцевой.*

**Тяпы – Ляпы.**

По дороге в Тяпы – Ляпы

Шли гуськом четыре шляпы.

Шляпу старую с пером

Звали дедушкой Петром.

Шляпу с ленточкою синей

Звали бабушкой Аксиньей.

Шляпу с красной ленточкой

Звали внучкой Леночкой.

Ну, а шляпу с козырьком

Звали внуком Игорьком.

Тяпы-Ляпы - это дача

Есть у шляп одна задача:

Дождик ночью прошумел,

В огороде уйма дел,

И спешат четыре шляпы

Лук полоть,

Картошку тяпать:

Вот пришли, передохнули,

Разом тяпками взмахнули,

Вскоре каждая из шляп

Стала тяпать:

Тяп – тяп – тяп.

- Когда сажали огород

- А сейчас какое время года?

- Можем ли мы сейчас посадить огород? Почему?

Воспитатель предлагает детям посадить зимний огород на подоконнике.

- Зачем людям нужен зимний огород?

Беседа о рассаде, о подготовке почвы, отборе семян, уходе за посевом.

Воспитатель предоставляет всем детям возможность посадить луковичку, горошинку или семечко.

Воспитатель читает стихотворение А.Кочергиной:

**Что растет к Натки?**

Что растет у Натки

На зеленой грядке?

Свекла, репа, сельдерей,

Вот лучок стоит порей.

Тут у нашей Натки

Рос горошек сладкий,

И теперь не пусто –

Выросла капуста.

Вот томат и перец здесь,

Чесночок на грядке есть,

И зеленый молодец –

Под листочком огурец.

Кабачок, кабачок

Лег у грядке на бочок.

Патисоны, баклажаны…

- Ну а где же здесь бананы?

- Не ищите Вы их тут,

В Африке они растут.

Игра – пантомима **«Мы сажаем огород»**.

Воспитатель комментирует и имитирует движения, дети повторяют движения.

**«Откуда хлеб пришел»**

(средняя группа)

**Цели и задачи:**

1. Воспитание у детей бережного отношения к хлебу и уважения к людям, которые его растят и выпекают.
2. Формирование у детей чувства радости от совместной деятельности.
3. Познакомить детей с тем, как выращивали хлеб в старину.
4. Донести до сознания детей, что хлеб – это итог работы многих людей.

**Содержание:**

**Пекарь**: Здравствуйте, я Пекарь! Добро пожаловать ко мне в гости. Вы познакомьтесь с моими друзьями – мышатами? Это - Круть, а это – Верть!

**Круть**: Мы мышата-шалунишки! Обожаем грызть ковришки!

**Верть**: Любим озорничать!

**Пекарь**: А должны мне помогать!

**Круть**: Наведем здесь такую чистоту, ни соринки не найдете! Вообще ничего не найдете! Ха-ха!

**Пекарь**: Ну и помощники у меня! Ребята, а как Вы думаете, что самое главное в моей пекарне.

***Ответы детей*.**

Самое главное – это хлеб. А кто ко мне в пекарню попадет, тот стихи про хлебушек обязательно читает.

**Ребенок 1**: Любим хлебушек душистый,

С хрустом, корочкой витой,

Ароматный, золотистый,

Словно солнцем залитой.

В нем здоровье наше, сила,

В нем чудесное тепло,

Сколько рук его растило,

Охраняло, берегло!

**Ребенок 2**: У народа есть слова:

«Хлеб – всему голова».

Славится он первым на Земле,

Ставится он первым на столе.

**Ребенок 3**: Хлеб растили хлеборобы,

Собирали урожай,

Чтобы радовал душистый,

Вкусный хлеба каравай!

**Пекарь**: Послушайте, ребята, я расскажу Вам историю о хлебе. В далекие времена на русской земле лесов было больше, чем теперь. Но в лесу хлеб не вырастишь! И вот по весне начинали стучать в лесу топоры.

**Дети**: Зачем?

**Пекарь**: Как Вы думаете, что делали со срубленными деревьями? Большие, мощные деревья шли на строительство, остальные – на дрова. Что оставалось на месте деревьев?

**Дети**: Пни.

**Пекарь**: Начиналась очень трудная работа – выкорчевка пней. И вот на этом месте уже не лес, а …

**Дети**: Поле.

**Пекарь**: Теперь его надо вспахать. Лошадь запрягали в деревянную соху, несколько раз вспахивали поле. Земля после этого становилась мягкой, рыхлой.

В землю теплую войду

К солнцу колосом взойду

В нем таких, как я,

Будет целая семья.

О чем эта загадка?

**Дети**: О семени.

**Пекарь**: Можно сеять. К этому событию готовились. Мылись в бане, надевали чистую рубаху и с лукошком на груди выходили в поле. В лукошке – семена пшеницы или ржи. Вот идет сеятель по полю, набирает полную пригоршню семян и через каждые два шага разбрасывает их веером, слева направо. Давайте представим себе, что мы сеятели.

*Дети изображают описанные действия.*

**Физкультурная минутка.**

**Пекарь:**  Представьте, что Вы – зернышко.

*Дети сворачиваются в клубочек на полу.*

Солнце пригрело, дождик прошел и на поле появились первые всходы .

*Сжатые ладони потянулись вверх.*

И вот уже два листика тянутся к солнцу.

*Ладони раскрыты, запястья сомкнуты.*

И вот выросли хлебные колосья.

**Пекарь**: И не сразу стали зерна

Хлебом тем, что на столе.

Люди долго и упорно

Потрудились на земле.

Зерна вырастить в колосья,

Их собрать, обмолотить,

Получить муку, а после

Тесто надо замесить,

В печь поставить, выпекать,

А потом всех угощать!

Хлеб – один из самых удивительных продуктов человеческого труда. Недаром народ создал пословицы: «Земля – матушка, а хлеб – батюшка»; «Хлеб – это жизнь»; «Без золота проживешь, а без хлеба – нет». А так же загадки:

Отгадать легко и быстро:

Мягкий, пышный и душистый.

Он и черный, он и белый,

А бывает подгорелый. (Хлеб)

Вырос в поле дом.

Полон дом зерном.

Стены позолочены,

Ставни заколочены.

Ходит дом ходуном

На столбе золотом. (Колос)

На соломенке – дом

Сто ребяток в нем.

Ты не клюй меня, дружок.

Голосистый петушок.

В землю теплую уйду,

К солнцу колосом взойду,

В нем тогда таких, как я,

Будет целая семья. (Зерно)

**Пекарь**: Хлебные колосья выросли и в конце лета поспели. Пора убирать хлеб. Колосья срезали и собирали в снопы, обмолачивали и зерно отвозили на мельницу. У меня есть картинка мельницы, но мои помощники Круть и Верть опять все перепутали, а Вы мне поможете собрать картинку.

*Конкурс*  **«Собери мельницу»***, нужно составить изображение мельницы на мольберте.*

**Пекарь:** Из нашего зерна получилась мука, а теперь из муки мы сделаем тесто. Круть, Верть идите, мне помогите.

*Полученное тесто раздать детям.*

А теперь ребята слепите из него, все что пожелаете.

**«Советы доктора Айболита»**

(средняя группа)

**Цели и задачи:**

1.Познакомить детей с картой страны Правильного питания.

2. Уточнить понятие – правильное питание.

**Действующие лица**: Ведущий, доктор Айболит, две белочки.

**Оборудование (декорации и реквизиты):** мячи; шары; пособия для полосы препятствий; продукты или муляжи: карамель, мороженное, чупа-чупс, банан, апельсин, яблоко, груша, виноград, бутерброд.

**Содержание:**

*Дети входят за ведущим в зал.*

**Ведущий**: Ребята, посмотрите, сколько к нам пришло гостей. Давайте с ними поздороваемся.

**Дети**.

**Ведущий**: Сегодня мы с Вами покажем и расскажем нашим гостям, как мы умеем заботиться о своем здоровье. А я знаю, что еще один гость должен прийти к нам сегодня. Отгадайте загадку, и Вы его узнаете:

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей.

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор …

(Айболит)

*Появляется Айболит.*

**Айболит**: Здравствуйте, дети и взрослые! Ребята, у Вас никто не болеет? Расскажите мне, что Вы делаете, чтобы не болеть?

***Ответы детей.***

А**йболит**: Какие Вы молодцы, сколько всего делаете, чтобы не болеть: Вы кушаете овощи и фрукты; гуляете; пьете фиточай; Вам массирую ножки и спинку. А у меня есть друг воробей, и вот что с ним случилось:

Он лежит в своем гнезде.

Рядом капли и микстура.

У него температура.

Воробей скакал по лужам

И теперь лежит, простужен.

**Ведущий**: Ой, как жалко воробья. Ребята, а Вы знаете, что нельзя делать на прогулке, чтобы не заболеть?

***Ответы детей.***

**Айболит**: Правильно, нельзя есть снег, мочить ноги, нужно одеваться по погоде. Вы молодцы, все знаете. Какие Вы румяные и красивые! Вы, наверное, хорошо кушаете.

**Ведущий**: Да, доктор, наши малыши-крепыши хорошо кушают и с удовольствием расскажут, какие овощи и фрукты помогают им быть такими крепкими и здоровыми.

**1-й ребенок**: От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

**2-й ребенок**: Помни истину простую:

Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую

Или сок морковный пьет.

**3-й ребенок**: Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

**Ведущий**: И сейчас мы тебе ее покажем.

*Дети выполняют упражнения с мячами.*

**Айболит**: Молодцы, ребята! Вон как ловко с мячами управляетесь.

**Ведущий**: А наши ребята не только с мячами на физкультуре занимаются, но и с другим спортивным оборудованием.

*В это время выставляется полоса препятствий.*

**Айболит***:*  Молодцы. Какие Вы ловкие и смелые.

**Ведущий**: Айболит, а наши ребята любят в парке гулять, в лес ходить. В детском саду утром и вечером гуляют.

**Айболит**: Это очень хорошо, свежий воздух для здоровья полезен и аппетит улучшает, поэтому на прогулке часто хочется есть. Но руки грязные, и надо быть очень осторожным.

**Ведущий**: Наши ребята знают, что можно, а что нельзя кушать на улице.

**Айболит**: А вот мы сейчас и проверим.

*Игра с Айболитом. На двух столах лежат наборы продуктов, которые можно и нельзя есть на улице. Детям предлагается разложить их на разные подносы. Игра может быть проведена 2 – 3 раза с разными наборами продуктов.*

**Ведущий**: Вот видишь, какие наши ребята внимательные.

**Айболит**: Молодцы, ребята. А Вы зубы чистите? У меня в лесу живут белочки, они так хорошо чистят зубки. Они у них такие острые, что они могут или орешки грызть. Ой, а вот и сами белочки к нам в гости пришли.

Здравствуйте, белочки, Вы не меня искали?

**1-ая белочка**: Тебя, доктор Айболит.

**Айболит**: Что у Вас случилось?

**2-ая белочка**: У меня зубик разболелся.

**Айболит**: Скажи мне, пожалуйста, ты зубы чистишь?

**2-ая белочка**: Зубки чистить не люблю,

Витамины я не пью,

Ем одни конфеты.

Очень вкусно это

**1-ая белочка**: Вот твои зубки и разболелись.

Зубки чищу я всегда,

Фрукты, овощи люблю.

И к врачу всегда хожу.

А конфеты и пирожное

Буду кушать осторожно.

**Айболит**: Правильно, если за зубками ухаживать, то они не заболят. Я Вам подарю по волшебной щеточке. Покажите нам, пожалуйста, как Вы чистите зубки, а мы с ребятами посмотрим.

*Белочки показывают, как надо чистить зубы, затем исполняют танец.*

**Айболит:** Спасибо Вам, белочки. Оставайтесь с нами. Ребята, а Вы когда зубки чистите? Молодцы, с этой щеточкой дружить нужно всем ребятам. Ребята, понравилось Вам, как белочки зубы чистили? А как танцевать? Настроение у Вас хорошее?

**Ведущий**: Доктор Айболит, а наши ребята тоже умеют танцевать, хочешь, мы и тебя научим?

**Айболит**: С удовольствием с Вами потанцую.

*Исполняется знакомый танец.*

**Айболит**: После танца у меня все зверушки в лесу отдыхают, я рекомендую и Вам отдохнуть. А для этого нам надо встать в круг.

***Проводится релаксационное упражнение.***

**Расслабление.**

Все умеют танцевать,

Прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют

Расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая –

Очень легкая, простая,

Замедляется движенье…

И становится понятно –

Расслабление приятно!

**Ведущий**: Мы теперь всегда будем его выполнять.

**Айболит**: Очень рад за Вас сегодня и совет такой Вам дам:

Занимайтесь физкультурой

По утрам и вечерам!

А за праздник наш веселый

Я Вас всех благодарю,

Свой подарок витаминный

На здоровье Вам дарю!

*Детям раздается сок.*

**Ведущий**: Спасибо тебе Айболит, мы все запомнили и будем выполнять.

**Айболит**: И Вам спасибо, ребята. А теперь мне пора, до свидания, детвора.

*Айболит уходит.*

**«Ярмарка»**

(старшая группа)

**Ведущий:** Осень! Солнышко встает!

Спешит на ярмарку народ!

*(Под музыку дети входят в зал, «продавцы» занимают свои места)*

**Ведущий:** Издавна Русь – матушка славилась своими ярмарками. И чего здесь только не было!

И ложки – поварешки, и красные сапожки

И сладкие петушки, и яркие кушаки!

И еще, и еще много – много чего!

Торговцы лавки отпирают

Люд крещенный зазывают

Эй, честные господа

К нам пожалуйте сюда

Как у нас ли тары – бары

Всяки разные товары!

*Выходят «зазывалы» (мальчик и девочка):*

1. Всем! Всем! Всем! 2. Я девочка молодая

Кто подходит и кто уже здесь! Я гуляния люблю

Объявляем важную весть Подходи, честной народ

Как в детском саду «Русичи» Всех на ярмарку зову!

На базарной площади, Я веселый паренек

Начинается у нас Хожу в кепке на бочок

Ярмарка сейчас! Не стесняйтесь, подходите

На товары посмотрите.

**Ведущая:** Ярмарка открывается, торговля начинается!

1. Не ходите никуда, подходите все сюда!

Гости не зевайте, кто что хочет – выбирайте!

1. Вот товары хороши, что угодно для души

Тары – бары – растабары, расторгуем все товары!

1. Здесь на ярмарке игрушки, куклы, бубны, погремушки

А вот из дерева товар, такой товар всегда продам

1. Вот он хлебушко душистый, из пшеницы золотистой

Мука – новый урожай, подходи и налетай!

1. Продаются яблоки, круглые, румяные, большие, наливные

На варенье, на компот, и на яблочный пирог!

1. Осень добрая пришла, нам подарки принесла

Гречку загорелую, и пшеницу спелую,

Свеклу бородатую, и морковь хвостатую!

**Ведущая:** Эй, народ, не зевай, про осень песню запевай!

Где песня льется, там легче живется!

***Песня «Осень» - гостья дорогая»***

*(под музыку выходят Коробейники, обходят со своим товаром зал)*

**1-й коробейник:** Ярмарка!

**2-й коробейник:** Ярмарка!

**Оба:** Удалая ярмарка!

**1-й коробейник:** Что душа твоя желает –

Все на ярмарке найдешь!

Всяк подарки выбирает,

Без покупки не уйдешь!

**2-й коробейник:** На ярмарку! На ярмарку!

Спешите все сюда!

Здесь шутки, песни, сладости

Давно Вас ждут, друзья!

**1-й коробейник:** А на ярмарку народ собирается,

А на ярмарке веселье начинается,

Все на ярмарку спешите, и ребят сюда зовите.

Пляски дружно заводите, осень славьте, веселите!

***Танец «Карусель»*** *( фонограмма «Ох, молодцы! Весело катались!)*

**Коробейник – девочка:** Груши садовые

Яблоки медовые

Есть арбуз и виноград

Угоститься каждый рад!

Вот заморский ананас

Набирайте про запас!

**Коробейник – мальчик:** Вы девчонки выходите,

Да себя нам покажите

Разберите в сей же час

Овощи и фрукты в раз!

**Игра «Разбери фрукты – овощи»**

*(Приглашаются 3-4 девочки, которые разбирают овощи и фрукты в разные корзинки. Игру можно повторить 2 раза.)*

**Коробейник – девочка:**  Подходи мальчишки!

Есть пряники, коврижки.

Вкусные – на меду.

Давай в шапку накладу!

**Коробейник – мальчик:** Подходи девчушки,

Вот блины, ватрушки

Ну-ка, гости, налетай

На пшеничный каравай!

**Девочка – хозяйка:** Я на ярмарке была

Овощей там набрала (*показывает)*

Капусту, картошку, морковку, горох,

Петрушку и свеклу.

**Дети** *(хором)*: Ох!

**Девочка – хозяйка:** Ох, тяжелый урожай,

Эй, мальчишки, помогай!

***Игра «Перенеси картошку в ложке»***

*(Игра – эстафета, нужно перенести картошку из корзинки в кастрюльку.)*

**Ведущий:** Раздайся народ, коробейник идет

С игрушками, забавными,

Ложками деревянными!

**1-й коробейник:** Ждет задорной музыки русская душа,

До чего же музыка эта хороша!

Ложечки берите, да вперед выходите!

**2-й коробейник:** Наши ложки знает целый мир.

Наши ложки – самый лучший сувенир,

Хохломские, Псковские,

Тульские, Загорские,

Вятские, Смоленские –

Ложки деревенские.

*(Дети берут ложки и поют песню, подыгрывая на ложках.)*

***Песня «Ложки деревенские»***

**Коробейник:** Мы, ребята, удалые.

Мы, ребята, озорные.

Всех на ярмарку зовем,

Мы матрешек продаем!

***Танец «Русские матрешки»*** *(фонограмма)*

**Ведущая:** Вот какой у нас базар,

Вот так ЯРМАРКА!

**Сценка «Как старик корову продавал»**

**Ведущая:** На рынке корову старик продавал

Никто за корову цены не давал.

*Под музыку входит корова, ее ведет мальчик – старик. Звучит фонограмма «Уж, как я свою коровушку люблю». Затем под «Кадриль» выходит мальчик с девочкой – 1 пара.*

**Мальчик:** Старик, продашь нам корову свою?

**Старик:** Продам, я с утра с ней стою.

**Девочка:** А много ли просишь, старик, за нее?

**Старик:** Да грех наживаться, вернуть бы свое!

**Девочка**: А много ль корова дает молока? А?

**Старик:** Да мы молока не видали пока! *(машет рукой)*

*1 пара уходит под музыку*

**Ведущая:** Весь день на базаре старик продавал

Никто за корову цены не давал.

Один паренек пожалел старика.

*Выходит мальчик. На голове кепка, в руках балалайка.*

**Ребенок:** Папаша, рука у тебя нелегка

Я возле коровы твоей постою

Авось продадим мы скотину твою.

*Поет, играя на балалайке, музыка «Ах, вы, сени»*

Подходи, честной народ

Дед корову продает.

А корова хороша,

Дает много молока.

*Звучит фонограмма «Кадрили», выходит 2 пара*

**Мальчик:** Корову продашь?

**Ребенок:** Покупай, коль богат!

Корова гляди, не корова, а клад!

**Мальчик**: Уж выглядит больно худой

**Ребенок**: Не очень жирна, но хороший удой!

**Девочка**: А много ль корова дает молока? А?

**Ребенок**: Не выдоишь за день, устанет рука!

**Старик**: Зачем я, Буренка тебя продаю? *(Обнимает)*

Такая корова нужна самому!

*Пляшет с коровой, уходят.*

**Частушки «Хохлома»**

1. Все листочки, как листочки

Ну, а этот, золотой.

Красоту такую, люди,

Называют хохломой.

1. Хохлома, хохлома

Разукрашу все дома.

Разукрашу улицу,

Петуха да курицу.

1. Бабка деда до обеда

Заставляла рисовать.

Ведь в красивую посуду

Щи приятно наливать.

1. Я вчера такое видел –

Не расскажешь никому:

Сидит заяц на березе

И рисует хохлому.

1. Мы частушки петь кончаем

Хохломы красивей нет.

От ребяток голосистых

Посылаем всем привет.

***Песня «Семечки»***

**Ведущий:**  Все товары раскупили,

Но один совсем забыли.

Он пыхтит, как паровоз,

Важно к верху держит нос.

Пошумит, остепенится,

Пригласит чайку напиться.

А потом, сверкнув боками,

Потанцуем вместе с нами.

Заклубится белый пар.

Лихо пляшет самовар!

***Танец «Пых – пых, самовар»*** *(фонограмма)*

Все готово! Закипаю! И на чай приглашаю!

**Ведущая:**  Ай да ярмарка у нас!

Получилась просто класс!

Угостим за это Вас!

*Угощает*

**Ведущий:** Вот и солнце закатилось

Наша ярмарка закрылась!

**«Россия – щедрая душа»**

(знакомство с блюдами русской кухни)

Дидактические задачи:

« Познание»

1. Познакомить с блюдами русской национальной кухни.
2. Закрепить знания народных пословиц и поговорок.
3. Рассказать о традициях и обычаях наших предков.

«Коммуникация»

1. Активизировать словарь детей: изобильная, щедрая, радушная, румяный, желанный, свято, просторы, рушник, левашник, сударушка, изба, хлебушко, расстегай , кулебяка, **курник**, рыбник, лоскуток, кадка, каравай, краюха, скатерть-самобранка.

«Чтение художественной литературы»

1. Проявлять устойчивый интерес и эмоциональную отзывчивость к богатству и гармонии русского языка, его поэтичность.
2. Дать представление о жанровых особенностях пословиц и поговорок, их отличии от песенок и потешек.

«Музыка»

1. Развитие образного восприятия музыки.
2. Развивать пение естественным голосом песни различного характера.
3. Передавать в движениях характер танца; эмоциональное движение в характере музыки.

Воспитательные задачи:

1. Воспитывать любовь к Родине, чувство гордости за свой народ, древнюю культуру.
2. Побуждать желание сохранять культуру.

Подготовительная работа:

Рассматривание иллюстраций; чтение русских народных сказок; заучивание пословиц и поговорок; беседы о традициях русского народа; разучивание хороводов, песен, подвижных игр; рисование русских орнаментов.

Оборудование: Русские народные костюмы, блюда русской кухни.

**Содержание**:

**Воспитатель**: Родина… Это край, где мы родились, где мы живем. Это наш дом, это все то, что нас окружает. Россия… Какое красивое слово! И роса, и сила, и синие просторы…

Глубоки у нас моря,

Изобильная, родная,

Щедрая моя земля!

Ребята, а что значит «щедрая земля»?

**Дети**: Земля дает богатые урожаи зерна, овощей и фруктов, в лесах растет много грибов, ягод, орехов, лекарственных трав.

**Воспитатель**: Верно, и все эти богатства Земля дарит людям. На щедрой земле и люди живут щедрые. Русский человек издавна славился своим хлебосольством. Зайдите к нему на часок – из-за стола не выберетесь! Все вкусно, все сытно, а главное – полезно. Ребята, а какие Вы традиционно русские блюда знаете?

**Дети**: Суп, щи, пироги, блины, каши, варенья, соленья, пряники.

**Воспитатель**: Какие Вам известны пословицы и поговорки о том, что ели и пили на Руси?

**Дети**:

Хлеб – всему голова.

Что посеешь, то и пожнешь.

Хочешь есть калачи – не сиди на печи.

Не красна изба углами, а красна пирогами.

Хлебушко – калачу дедушка.

Худ обед, когда хлеба нет.

Покуда есть хлеб да вода – все не беда.

Хлеба ни куска – стол – доска.

Без каши обед - не в обед.

Хороша кашка, да мала чашка.

Капуста не пуста, сама летит в уста.

Гречневая каша – матушка наша, а хлебец ржаной – отец наш родной.

**Воспитатель**: Молодцы, ребята, много Вы знаете пословиц и поговорок об исконно русской еде. И все эти блюда готовили русские женщины – хозяйки. Любой дом всегда держался на хозяюшке. Была она на все руки мастерица: могла и шить, и вязать, и вышивать, и ткать полотно, и пряжу прясть, а как гостей потчевали! Не зря на Руси говорят: «Обед не обед, когда хозяюшки нет».

Выходит Хозяюшка, поет песню «К нам гости пришли» (музыка А.Александрова, слова М.Ивенсен).

**Хозяюшка**:

Я к Вам в гости пришла,

Пироги принесла,

Угощайтесь, угощайтесь,

Пироги принесла.

С малинкой пирог.

И с капустой пирог,

А который без начинки –

Самый вкусный пирог.

Здравствуйте, гости дорогие! Здравствуйте, ребята! Пришла я на Вас посмотреть и себя показать. Принесла я Вам угощенье знатное, но как говорится в русской пословице: «Какова работа – такова и награда».

Отвечайте на вопросы мои сложные,

Получайте угощенья всевозможные!

Какой продукт был самым главным, самым почитаемым на Руси? Без него не обходился ни один праздник?

**Дети**: Хлеб!

Знают все, кто ест:

Хлеб не надоест!

Хлеб наша главная еда

Всегда!

Рыба – водица,

Ягода – трава,

А хлеб, как говорится,

Всему голова!

Г.Лапшина

**Хозяюшка**: Правильно, хлеб – всему голова! Как относились к хлебу русские люди?

**Дети**: К хлебу в старину относились свято, бережно, ведь он доставался тяжелым трудом. Хлеб можно было брать только чистымируками. Его нельзя было выбрасывать. А если уронил хлеб, обязательно надо было поднять и поцеловать. Даже крошки со стола сгребали в ладонь и съедали.

**Хозяюшка:**  Как называли хлеб, который пекли к празднику?

**Дети:** Каравай.

**Хозяюшка:** (достает из печи каравай, выходит с ним в центр зала)

Вот он – хлебушко душистый,

С хрусткой корочкой витой;

Вот он – теплый, золотистый,

Словно солнцем налитой.

(Подает детям каравай.)

Каравай Вам подношу

И принять его прошу.

С. Погореловский

**Ребенок** (берет каравай, обращается к гостям):

Дорогих гостей встречаем

Круглым, пышным караваем.

Он на блюде расписном,

С белоснежным рушником.

Г. Лапшина

Ребенок кланяется и ставит каравай на стол.

**Дети**: Говорят в народе: «Есть хлеб – будет песня!»

***Звучит русская народная мелодия «Калинка»***

**Хозяюшка**: Теперь отгадайте мою загадку.

Сдобный, пышный ароматный,

У него румяный бок.

Называется, ребята, это чудо… (пирожок).

**Воспитатель**: Верно! Ни один русский праздник не обходился без пирогов. А какие это были пироги! С капустой, луком, яйцами, яблоками, малинкой, рыбой, курицей. Назывались они: расстегаи , кулебяки, рябники, левашники, курники. В каких русских сказках упоминаются пироги или изделия из теста?

**Дети**: «Колобок», «Маша и медведь», «Гуси-лебеди», «Царевна - Лягушка», «Петушок и меленка», «Крылатый, мохнатый да масляный», «Морозко», «Пойди туда – не знаю куда, принеси то, не знаю что» и другие.

**Хозяюшка**: Пироги пекла с любовью

И старалась я не зря -

Угощайтесь на здоровье

Наши гости и друзья!

Т. Короткина

***Хозяюшка достает из печи пироги, подает блюдо детям.***

**Дети**: (берут блюдо и говорят)

Всех гостей к себе зовем,

Угостим Вас пирогом!

Сладкие пироги с ягодкой малинкой,

Вкусные пироги с яблочной начинкой.

Г. Новикова

**Хозяюшка**: Испекла я Вам пирог,

Положила на порог.

Давайте играть,

Пирог выбирать!

**Русская народная подвижная игра «Пирог»**

Дети встают в круг, «пирог» сидит в середине. Дети водят хоровод, приговаривая.

Испекли мы пирог,

Положили на порог.

Да этакий он высоконький, Дети поднимают руки вверх   
Да этакий он широконький, Разводят руки в стороны.

Да этакий он мягошенький. «Лепят» пирожок руками.

Бери нож, режь да ешь. Все разбегаются в стороны, «пирог»

ловит. Кого поймает, тот становится

«пирогом».

**Хозяюшка**:Отгадайте еще одну мою загадку.

Я - символ солнца румяный,

В любой избе гость желанный.

Бываю толстым и худым,

С начинкой и совсем пустым.

Отгадай, кто я такой,

Оладушек – мой брат родной.

( Блин)

*Дети отгадывают*.

**Воспитатель**: Верно, ни одно застолье не обходилось без блинов. Ели блины с маслом, сметаной, медом, вареньем, ягодами, икрой – всего не перечислишь. На какой праздник специально пекли блины?

**Дети**: На Масленицу.

**Хозяюшка**: Правильно! Этот праздник посвящен проводам зимы, встрече весны, тепла, солнца, блины были символами солнышка.

Напекла я Вам блинов

Аж на сорок пять столов.

Ешьте, не стесняйтесь,

Здоровья набирайтесь.

Н. Маркова

***Хозяюшка достает из печи и подает детям блюдо с блинами.***

**Дети**: Блин тебе, блин ему

И гостям по одному!

***Дети исполняют песню «Блины» (в обработке А. Абрамского)***

Мы блинов давно не ели,

Мы блиночков захотели.

Ой, блины, блины, блины,

Ой, блиночки мои!

Как на Масленой неделе

Из печи блины летели.

Ой, блины, блины, блины,

Ой, блиночки мои!

**Хозяюшка**: Про кого на Руси говорили: кормилица, матушка?

**Дети**: Про корову.

**Хозяюшка**: А почему ее так называли?

**Дети**:

Белая водица

Всем нам пригодится.

Из водицы белой

Все, что хочешь делай:

Сливки, простоквашу,

Масло в нашу кашу,

Творожок на пирожок.

Кушай, миленький дружок!

Л. Уланова

**Воспитатель**: Да, ребята, из молока делали творог, масло, сметану, ряженку. Молоко добавляли в каши, супы, тесто. Ни одна семья не могла прожить без коровы. В какой сказке корова помогла бедной сироте?

**Дети**: В сказке «Крошечка - Хаврошечка»

**Хозяюшка**: Ешь да пей,

Гостям налей,

И коту не пожалей.

Хозяюшка ставит на стол кувшин с молоком и блюдце перед игрушечным котом.

***Дети исполняют танец с коровушкой на русскую народную песню «Ой, вставала я ранешенько ».***

**Хозяюшка**: Отгадайте мою загадку.

Вкусна, сладка

Глядит из горшка,

Из овощей и круп варится.

На всю Россию славится.

Является пищей нашей

И называется … (кашей).

Дети отгадывают.

**Воспитатель**: Правильно, каша. Это была любимая еда русского народа. Каши варили всевозможные: из ячменя, гречки, манки, пшена. Были в старину еще и рыбные каши: лососевая, осетровая. Варили каши и из овощей. В древности даже свадебный пир называли « кашей». Чем ели кашу?

**Дети**: Деревянными ложками.

Эх, топну ногой

Да притопну ножками!

Развеселый у нас

Будет танец с ложками.

Г. Новикова

***Дети исполняют « Танец с ложками»***

**Хозяюшка**: Вот Вам моя следующая загадка.

Белый тулупчик

Сшит без рубчика. ( Яйцо)

Дети отгадывают.

**Воспитатель**: Куриное яйцо занимает важное место в русской кухне. В какой сказке о нем говорится?

**Дети**: В сказке « Курочка Ряба».

**Хозяюшка:** На праздник Пасхи люди раскрашивают куриные яйца в разные цвета и расписывают замысловатыми узорами. Потом дарят друг

другу яйца-писанки на счастье.

**Воспитатель**: В старину люди в основном жили в деревнях. Каждая семья имела свой огород, который давал к столу свежие овощи. В каких сказках об этом упоминается?

**Дети**: « Репка», « Вершки и корешки», « Сказка о молодильных яблоках и живой воде», « Сказка об Иване-царевиче , Жар-птице и о Сером волке», «Крошечка-Хаврошечка».

**Хозяюшка**: А как русские люди сохраняли свой урожай?

**Дети**: Они сушили, солили, квасили и мариновали запасенные овощи.

**Хозяюшка**: Какие овощи ели наши предки Вы узнаете, если отгадаете мои загадки.

Расту в земле на грядке я,

Красная, длинная, сладкая. ( Морковь)

Лоскуток на лоскутке –

Зеленые заплатки,

Целый день на животе

Нежится на грядке. ( Капуста)

Сильно плачут все вокруг,

Если мама чистит … (Лук)

Вверху зелено,

Внизу красно.

В землю вросло. ( Свекла)

На грядке длинный и зеленый,

А в кадке – желтый и соленый. ( Огурец)

Кругла да гладка,

Откусишь – сладка,

Засела крепко

В землю … ( репка)

Молодцы, ребята! Вот Вам за это корзина с овощами.

Ешьте овощи спелые,

Чтобы щеки были красные,

А не белые.

***Хозяюшка отдает детям корзину с овощами.***

Какими словами часто заканчиваются русские народные сказки?

**Дети**: « И я там был, мед-пиво пил, по усам текло, а в рот не попало».

**Хозяюшка**: Что же пили наши предки?

**Дети**: Мед, пиво, квас, кисель, компот.

**Хозяюшка**: Распространенным напитком на Руси был кисель. « Где кисель, там и присел» - гласит русская пословица. Очень любили русские люди квас. Готовили его из хлеба, клубники, клюквы, черной смородины, вишни, яблок, груш, свеклы и шиповника.

Существовали сотни самых различных рецептов медовых напитков: хмельной мед, мед-липец, мед крепкий, мед клюквенный, мед вишневый.

Вот Вам морса кувшин,

Желаю вырасти на целый аршин.

***Хозяюшка подает кувшин с напитками***.

**Дети и воспитатель**: Спасибо, Хозяюшка!

**Воспитатель**: Ребята, сегодня мы с Вами познакомились с гостеприимной русской Хозяюшкой и узнали о некоторых блюдах русской национальной кухни. Мы еще не раз пригласим ее к нам в гости, потому что русская кухня такая же щедрая и богатая, как душа русского человека! Посмотрите, сколько угощений наготовила нам Хозяюшка. Можно теперь и гостей приглашать! Вот только стол у нас не застелен. Чем же застилали стол наши предки?

**Дети**: Скатертью.

**Воспитатель**: Правильно, скатертью-самобранкой.

Под русскую народную музыку дети застилают стол скатертью, сверху выставляются угощения.

У нас есть угощение

Всем на удивление,

Кушайте на здоровье,

Славьте русское хлебосолье!

Г. Новикова

**«Традиции чаепития у разных народов»**

Обучающая игра - путешествие в подготовительной к школе группе

**Дидактические задачи:**

«Познание»

1. Углублять и систематизировать знания детей о чае, его происхождении, распространении, традициях чаепития.
2. Развивать внимание и память, логическое мышление и воображение.
3. Формировать навыки исследовательской деятельности.
4. Приобщать детей к истокам русской народной культуры – традициям чаепития.

«Коммуникация»

1. Объяснить понятие «традиция», поговорить о семейных традициях.
2. Упражнять в составлении короткого рассказа из личного опыта.
3. Активизировать словарь детей.

«Чтение художественной литературы»

1. Проявлять устойчивый интерес и эмоциональную отзывчивость к богатству и гармонии русского языка.

«Музыка»

1. Развитие образного восприятия музыки.
2. Развивать пение естественным голосом песни различного характера.
3. Передавать в движениях характер танца; эмоциональное движение в характере музыки.

**Воспитательные задачи:**

1. Воспитывать чувство патриотизма, любви к Родине, интерес и уважение к людям разных национальностей, их культуре.
2. Побуждать желание сохранять культуру.
3. Воспитывать стремление правильно использовать и ценить предметы материальной культуры.

**Подготовительная работа:**

1. Чтение художественной литературы (К.Чуковский «Муха – Цокотуха», «Федорино горе», Д.Хармс «Иван Иванович Самовар»).
2. Беседы о тульском самоваре и пряниках.
3. Рассматривание иллюстраций.
4. Оформление выставки на тему «Все о чае».
5. Беседа о традициях чаепития на Востоке и в России.
6. Заучивание стихотворений, песен; отгадывание загадок.
7. Подбор посуды и угощений для чаепития.

**Оборудование:**

1. Мультимедийная установка.
2. Музыкальный центр.
3. Аудиозаписи китайских, восточных и русских мелодий.
4. Политическая карта мира.
5. Предметы посуды Китая, Японии, Узбекистана, России.
6. Угощение для чаепития, различные сорта чая.
7. Одноразовые пронумерованные тарелки и лупы (по количеству детей).
8. Логотип «Чайный дом», «Чайхана».

**Содержание:**

*Воспитатель вносит политическую карту мира.*

**Воспитатель:** Ребята, кто знает, что это такое?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Ребята, на карте мы можем увидеть все страны. Какие страны Вы знаете?

*Дети перечисляют, а воспитатель указкой показывает, где расположена та или иная страна.*

**Воспитатель:** А кто может показать, где располагается наша страна – Россия?

*Дети показывают.*

**Воспитатель:** Теперь мы с Вами поиграем. Я начну, а Вы продолжите.

В Италии разговаривают на  *итальянском.*

В Испании …

В Японии …

В Германии …

В Англии…

В Турции …

В Узбекистане …

В России …

Сколько народов, столько и языков. Чтобы общаться с людьми других стран, надо учить их языки. Многие люди знают несколько языков. У каждого народа свои песни, танцы, традиции. Как Вы понимаете это слово?

*Дети объясняют.*

«Традиция» – слово нерусское, оно переводится с латинского языка, как «передача», т.е. это передача накопленного опыта от одного поколения к другому. Традиции бывают и семейные. Какие традиции существуют у Вас в семье?

*Дети отвечают.*

**Воспитатель:** Сегодня мы с Вами поговорим о традициях чаепития. Во многих странах любят пить чай, но традиции чаепития у разных народов разные.

Отгадайте загадку:

**Восточное изобретенье –**

**К нему желательно варенье.**

**Но если такового нет,**

**Сойдет и парочка конфет.**

**Напитка и в жару нет лучше,**

**Он в зной облегчит Вашу душу,**

**Согреет зимнею порой.**

**Что это?**

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Молодцы, это чай - прекрасный, полезный напиток.

Родина чая – Китай. Давайте найдем эту страну на карте.

*Воспитатель показывает на карте.*

*Демонстрируется слайд с китайским императором.*

**Воспитатель:** Существует красивая легенда о том, как люди открыли чай.

Однажды очень давно, много веков назад, уставший после сражения китайский император отдыхал под тенистым деревом и ждал, когда закипит вода в котелке над костром. Подувший ветер занес в котел несколько листьев с растения, которое оказалось чайным кустом. Эти листья придали воде необычайно приятный вкус. Выпив ее, император почувствовал прилив сил. Так люди открыли свойства чая. Это было первое в мире чаепитие. В древности чай ценился очень дорого. Сначала его употребляли как лекарство. Он помогал при простуде, болях в животе, головной боли. Восточная мудрость гласит: **«Свежий** **чай подобен бальзаму. Чай постоявший ночь, подобен яду змеи».**

*Демонстрируются слайды о чайных деревьях и кустах.*

**Воспитатель:** На Руси издавна любили чай и умели его вкусно заваривать. Для этого использовали особо душистые травы.

*Демонстрируются слайды: трав – зверобоя и душицы, листья земляники и клубники, яблоки, лимона, фрукты, малины.*

Если чай завариваем с листьями земляники, как его называем?

*Ответы детей.*

Малины? …

Фрукты?...

Лимон?...

**Воспитатель:** Я для Вас приготовила несколько сортов чая. Давайте рассмотрим его.

**Посмотрите на тарелку № 1**. Что Вы видите на ней?

*Дети отвечают.*

Правильно, это чаинки. Давайте рассмотрим их в лупу. Какие они по цвету, размеру? На что похожи?

*Ответы детей.*

Ребята, кто из Вас знает, почему чай называют черным?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Действительно, черным чай назвали из-за его цвета. Для такого чая с чайного куста берут самые лучшие молодые побеги с двумя листочками. Вялят на теплом воздухе, а затем скручивают и сушат. После сушки получается вот такой черный рассыпчатый чай.

*Демонстрируются слайды с изображением черного чая.*

**Теперь пододвиньте к себе тарелку № 2.** Какой чай на ней? Какие чаинки? Какого цвета?

*Дети рассматривают в лупу чаинки зеленого чая.*

Как же называют такой чай?

**Воспитатель:** Верно. Зеленый чай готовят точно из таких же чайных листочков, что и черный. Только листочки не вялят и не скручивают, поэтому и чаинки у него крупные и зеленые.

*Демонстрируются слайды с изображением зеленого чая.*

А еще чай бывает красным и желтым в зависимости от обработки чайного листа, а так же – белый. Для приготовления белого чая используют самые нежные верхние листочки и почки чайного куста. Их практически не подвергают никакой тепловой обработке, а лишь высушивают в естественных условиях.

*Демонстрируются слайды с изображением красного, желтого и белого чая.*

**Давайте рассмотрим содержание тарелки № 3**. Пододвиньте ее поближе. Рассмотрите все в лупу. Только ли листочки чая находятся на тарелке? Что еще Вы видите?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Какой чай любят пить в Вашей семье?

*Дети отвечают.*

**Воспитатель:** Действительно, чай бывает с разными добавками. Я приглашаю Вас отведать разные сорта чая.

**Воспитатель:** Сегодня мы рассматривали чай в лупу, нюхали его, попробовали на вкус.

А теперь давайте поиграем. Мы будем подбирать определения к слову «чай». Я начну, а вы продолжите. Чай ароматный.

*Ответы детей (вкусный, крепкий, сладкий и т.д.)*

**Воспитатель:** Молодцы, как много интересных, точных слов вы подобрали к слову «чай».

**Воспитатель:** Ребята, а Вы любите путешествовать?

Сейчас мы с Вами отправимся на Дальний Восток.

*Проводится физкультминутка под китайскую музыку.*

*Дети подходят к столу, их встречают девочки в национальных костюмах Японии и Китая*

**Девочка-японка:** Здравствуйте, ребята! Привет Вам из Страны восходящего Солнца. У нас очень любят пить чай. Чай пьют в саду, в специальном чайном домике. Он украшен цветами и красивыми национальными предметами.

**Девочка-китаянка:** Я из Китая. У нас любят пить зеленый чай. Его заваривают в специальном чайнике из красной глины или чашке с крышкой.

**Девочка-японка**: На столе лежат мокрые салфетки. На Востоке принято сначала омывать руки, а потом только класть чай в чайник, наливать воду.

**Воспитатель**: А с чем пьют чай? Есть ли угощения?

**Девочка-японка:** Нет.

**Девочка-китаянка:** На Востоке, во время чайной церемонии принято общаться, разговаривать, обмениваться мнениями.

*Воспитатель и дети благодарят гостеприимных хозяев и отправляются дальше в путешествие.*

*Под восточную музыку исполняется танец – «Восточный»...*

**Воспитатель:** Индия узнала о существовании чая сравнительно недавно. В Индии нет единой культуры чаепития, в каждой индийской провинции чай пьют по-своему. Заваренный по-индийски чай очень крепкий. В чай добавляют много молока, сахара и специй. Им ничего не запивают – это отдельная еда. Чай тут пьют в любое время суток.

*После звучит узбекская музыка и дети подходят к «Чайхане». Их встречают дети с пиалой чая.*

**Девочка-узбечка**: Ребята, я живу в Узбекистане. У нас очень жарко. Мы любим пить зеленый чай, потому что он хорошо утоляет жажду.

**Воспитатель:** Ребята, а из какой посуды пьют чай?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** С чем пьют чай?

**Девочка-узбечка**: С фруктами, сухофруктами, сладостями.

В Узбекистане не принято разбавлять остывший чай кипятком. Предпочтение отдается свежезаваренному чаю. Заваривает его хозяин. Чем почетнее гость, тем меньше чая в пиале. Говорят: «Налить с уважением».

**Воспитатель:** У пиалы нет ручки, поэтому держать ее, наполненную кипятком, в руках неудобно. Можно проявить заботу о госте, постоянно подливая ему чай.

**Мальчик-узбек:** В Узбекистане есть специальное кафе – чайхана. К кому бы Вы ни пришли в гости, Вас всегда напоят ароматным чаем. **Воспитатель**: Отказываться невежливо – можно обидеть хозяев дома. Спасибо, ребята.

А мы дальше продолжим путешествие и отправимся в Россию.

*Дети садятся на стулья.*

*Исполняется танец – «Калинка».*

*Детей встречает Хозяин и Хозяюшка в национальных костюмах.*

**Хозяюшка:** Здравствуйте, люди добрые! Милости просим. Если величать, так на пороге встречать.

**Хозяин:** Просим Вас садиться .

**Хозяюшка:** Мы гостей встречаем …

**Все:** Чаем, чаем, чаем…

**Хозяюшка:** Первым делом угощаем…

**Все:** Чаем, чаем, чаем…

**Хозяюшка:** Приглашаем к самовару…

**Все:** С чаем, с чаем, с чаем…

**Хозяюшка:** И внакладку, и вприкуску…

**Все:** Чай, чай, чай…

**Хозяюшка:** Пейте чай, друзья, по-русски…

**Все:** Чай, чай, чай.

**Хозяин:**

Самовар шумит, баранки

На скатерке-самобранке,

И конфеты, и печенье,

И душистое варенье.

Подходите, детки, чаем

Вас сердечно угощаем.

К чаю ароматному,

Пряники печатные.

Пейте чай и торт берите,

Чаще в гости приходите.

**Хозяюшка:**

Сверху пар, снизу пар –

Кипит наш русский самовар.

Милости просим на чашку чая!

**Воспитатель:** Давайте с Вами поиграем (Д|игра «Угадай на вкус!») *Чайные частушки…*

**Воспитатель:** Спасибо, Хозяин и Хозяюшка, за приглашение. Ребята, посмотрите, какой богатый стол, и чего только на нем нет!

Сухари лежат …

Хлеб лежит…

Конфеты…

Сахар…

Чай …

**Воспитатель:** Из какой посуды пьют чай в России?

*Дети отвечают.*

**Воспитатель:** В России очень любят чай, он стал нашим национальным напитком. На Руси чай заваривал хозяин, глава семьи, а разливала хозяйка. Чай заваривали в заварном чайнике, а воду кипятили в этом сосуде, а какой, Вы узнаете, отгадав мою загадку:

**Стоит толстячок,**

**Подбоченивши бочок,**

**Шипит и кипит,**

**Всем чай пить велит.**

Как он называется?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** А в каком городе придумали самовар?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Что пекут в этом городе?

*Ответы детей.*

**Воспитатель:** Пряник делается на меду, его кладут в тесто, добавляют пряные, пахучие травы. Отсюда и название «пряник». Пряники бывают с начинкой из варенья, пастилы, мармелада. Но главное – на них есть картинки или надписи и поэтому они называются печатными.

**Воспитатель:** На многих картинах художников можно увидеть людей пьющих чай из самовара.

*Демонстрируются слайды репродукций картин Б.Кустодиева.*

**Воспитатель:** Поскольку чай – один из любимых напитков в нашей стране, русские люди сочинили много пословиц и поговорок о чае.

**Выпьешь чайку – забудешь тоску.**

**Если чай не пьешь, где силы берешь?**

**Чай пьешь – до ста лет проживешь.**

**Самовар кипит – уходить не велит.**

**За чаем – не скучаем.**

**Чай пить – не дрова рубить.**

Самым главным на столе был самовар. Его еще называли генералом.

Ребята, я знаю, что Вы выучили песню о самоваре. Споете ее нам?

*Дети исполняют песню «Самовар».*

**Воспитатель:** Многим отличаются народы друг от друга, но у всех народов есть общее – мы все живем на планете Земля. Люди должны беречь Землю, украшать ее. Пока Вы маленькие – дружите, играйте, берегите природу, любите своих родных, заботьтесь о них.

На память о нашей встрече я хочу вам подарить пакетики с ароматным чаем. А сейчас приглашаю всех на чаепитие.

**«Царица – водица»**

(подготовительная группа)

**Цели и задачи:**

1. Уточнять и расширять знания о воде, ее свойствах, роли в жизни человека и живых организмов, о формах и видах воды (родники, реки, моря, озера, океаны, осадки).

2. Познакомить с круговоротом воды в природе.

3. Развивать речь, мышление, любознательность.

4. Воспитывать бережное отношение к воде как основному природному ресурсу.

5. Развивать экологическую культуру.

6. Активизировать словарь (круговорот, быт).

**Подготовительная работа:**

1.Отгадывание загадок.

2. Чтение стихов о воде, инее, льде, росе, дожде, снеге («Град» Е.Серова, «Дождь» А.Барто, «Мороз» Н.Некрасова, «Облака» Я.Акима).

3. Игры «Ручеек», «Мы – капельки».

**Оборудование:**

Глобус, схема с изображением круговорота воды в природе, карточки и иллюстрации, изображающие использование воды человеком, оборудование для проведения опытов.

**Содержание:**

**Воспитатель:** В гости к нам пришел Незнайка с глобусом, который ему подарил Знайка. А вот это такое и для чего, ему неизвестно. Он просит, чтобы вы помогли ему разобраться.

*Дети рассказывают Незнайке, что такое глобус и зачем он нужен. Воспитатель закрепляет полученную информацию, говорит, что глобус – это модель земного шара, что так из космоса выглядит наша планета Земля.*

Что подумал Незнайка, когда впервые увидел этот незнакомый предмет?

***Дети отвечают.***

Что подумал бы великан, глядя на глобус?

***Дети отвечают.***

Где можно использовать глобус?

***Дети отвечают.***

*Воспитатель приглашает всех в путешествие по глобусу. Он рассказывает , что в древности люди называли свою планету Землей, и когда научились строить корабли и стали на них плавать по морям и океанам, то узнали, что суши намного меньше, чем воды.*

Может ли человек жить без воды?

***Дети отвечают.***

Кому еще нужна вода?

***Дети отвечают.***

Можно ли пить воду из моря, океана?

***Дети отвечают.***

Какую воду можно пить?

***Дети отвечают.***

Откуда берется пресная вода?

***Дети отвечают****.*

*Делают вывод, что воду нужно беречь, потому что пресной воды на Земле мало.*

*Воспитатель приглашает детей в «лабораторию опытов и экспериментов», чтобы найти там ответы на свои вопросы.*

**Игра «Земля, вода, огонь, воздух»**

Играющие становятся в круг, в центр - ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: земля, вода, огонь, воздух. Если водящий сказал «земля», тот кто поймал мяч, должен быстро назвать обитателей этой среды; на слово «вода» играющий называет рыб; на слово «воздух» - птиц. При слове «огонь» все должны несколько раз быстро повернуться кругом, помахивая руками. Затем мяч возвращают водящему. Тот, кто ошибается, выбывает из игры.

*В лаборатории воспитатель показывает опыт – вращение Земли вокруг Солнца ( в качестве Солнца настольная лампа, в качестве Земли – глобус).*

Детям предстоит определить разницу в освещенности и нагретости глобуса под воздействием Солнца (лампы) и подумать, где и почему на Земле всегда жарко, а где холодно.

А как попадает вода в реки?

Воспитатель показывает схему круговорота воды в природе и рассказывает, что капельки воды в природе «ходят» - движутся по кругу, объясняет, как это происходит.

**Подвижная игра «Ходят капельки по кругу»**

**Воспитатель:** Я предлагаю вам поиграть в интересную и волшебную игру. Но для этого нам нужно превратиться в маленькие капельки дождя.

*Звучит шум дождя.*

Я буду мамой-Тучкой, а вы – моими детками – Капельками дождя, нам пора отправляться в путь.

*Звучит музыка.*

*Капельки прыгают, разбегаются, танцуют. Мама-Тучка показывает что им надо делать.*

Полетели капельки на Землю… Попрыгаем, поиграем. Скучно им стало по одиночке прыгать, собрались они вместе и потекли маленькими веселыми ручейками. (*Капельки составляют ручей, взявшись за руки.)* Встретились ручейки и стали большой рекой. (*Ручейки соединяются в одну цепочку.)* Плывут Капельки в большой реке, путешествуют. Текла-текла речка и попала в океан. (*Дети перестраиваются в хоровод и движутся по кругу.)* Плавали-плавали Капельки в океане, а потом вспомнили, что мама-Тучка наказывала им домой вернуться. Тут как раз солнышко пригрело. Стали Капельки легкими, потянулись вверх. *(Присевшие «капельки» поднимаются и вытягивают руки вверх.)* Испарились они под лучами солнышка, вернулись к маме-Тучке.

Молодцы, капельки, хорошо себя вели, прохожим за воротники не попадали, не брызгались. Теперь с мамой побудьте, она по вам соскучилась.