**Открытое занятие**

**«Могут ли овощи принести вред нашему здоровью?»**

Подготовила: Слезина Г.Ю.,

воспитатель МДОУ д/с №22

с. Дмитриановское

Цель:

* сформировать представление детей о нитратах;
* рассказать о том, в каких растениях они содержатся и какой вред приносят человеку;
* закреплять умение составлять описательные рассказы и разгадывать загадки;
* воспитывать внимательное отношение друг к другу.

Материал: овощи натуральные – капуста белокочанная, морковь, картофель, огурец, лук репчатый; маски овощей, осени. Белый халат и шапочка для Айболита; корзинка; картинки - схемы для описательного рассказа.

Ход занятия.

**Воспитатель:** Ребята, наш Незнайка получил в подарок корзинку. А что в ней лежит не знает. Подскажите ему. Что это?

**Дети:** Незнайка, это овощи.

**Незнайка:** А что такое овощи?

**Дети:** Это растения, которые растут на огороде.

**Воспитатель:** Правильно, а давайте вспомним, что растению надо для роста?

**Дети:** Свет, тепло, уход, удобрения.

**Воспитатель:** Да, ребята, растениям (овощам) также как и человеку нужно питание. Если растению не хватает питания, оно может погибнуть. И тогда растению помогает человек.

Человек подкармливает растение удобрением.

Удобрения бывают разные. И они очень нужны для роста растения. Но иногда человек не соблюдает норму подкормки и перекармливает растение. Тогда лишнее удобрение сохраняется в растение и образуются вредные вещества, которые называют нитратами.

А теперь слушайте вместе с Незнайкой и запоминайте, в какой части овоща больше всего содержится нитратов, и что нужно сделать, чтобы они не попали в наш организм и не принесли ему вреда.

Посмотрите, это барабан (из игры « Поле чудес»), стрелка покажет, в каком конверте какая загадка. Крутим барабан (вызвать ребенка.)

**Загадка**: Уродилась я на славу,

 Голова бела, кудрява.

 Кто любит щи-

 Меня в них ищи.

**Дети:** Капуста.

Воспитатель предлагает рассказать, что они знают о капусте. Дети составляют описательный рассказ. Например: капуста круглая, много листочков, зеленая. Растёт на огороде, на грядке. Варят щи, готовят салат, борщ, делают пирожки с капустой. На вкус хрустящая, крепкая, едят сырую. ( Использовать картинки - схемы).

**Воспитатель:** Молодцы. Теперь послушайте и посмотрите, где больше нитратов. Капуста не только нас кормит, но и лечит. Если свежий капустный лист приложить к голове - поможет от головной боли; сушеная капуста исцеляет раны. Как же правильно употреблять капусту в пищу.

Запомните: нитраты в большом количестве находятся в зеленых листьях и в кочерыжке. Поэтому перед едой их надо замочить в тёплой воде, в которую добавлено немного соли.

**Воспитатель:** Крутим барабан (следующему ребенку).

**Слушайте загадку**: Сарафан на сарафане,

 Платьице на платьице.

 А как станешь раздевать-

 Досыта наплачешься.

**Дети:** Лук.

**Воспитатель:** Расскажите о луке. Что вы знаете?

Рассказ ребенка.

**Воспитатель:** Свежий сок лука употребляют при ангинах: по 1 чайной ложке 3-4 раза в день. При кашле лук варят в воде с сахаром и мёдом три часа. Принимают по столовой ложке 4-6 раз в день. Нитраты находятся в луковице, там где корешки.

**Воспитатель:**  Крутим барабан.

**Загадка:** Я длинный и зеленый,

 Вкусный и солёный,

 Вкусный и сырой.

 Кто же я такой?

**Дети:** Огурец.

Ребёнок составляет рассказ.

**Воспитатель:** Действительно, это очень вкусный овощ, но лучше его перед едой очистить, т.к. вредные вещества находятся в кожуре.

**Объявляю музыкальную паузу. Включить песню**

« Антошка».

Дети танцуют.

**Воспитатель:** Крутим барабан.

**Загадка:** Весной одну закапывают,

 А осенью семью получают.

**Дети:** Картошка.

**Воспитатель**: Кто расскажет о картофеле?

Выходит ребенок и составляет рассказ.

**Воспитатель:** В свекле и картофеле нитраты находятся в кожуре, поэтому её надо очистить.

Крутим барабан.

**Загадка:** Красная девица сидит в темнице,

 А коса на улице.

**Дети:** Морковь.

Воспитатель вызывает ребенка, который расскажет о моркови.

Воспитатель показывает морковь, затем разрезает её вдоль и обращает внимание детей на сердцевину.

Нитраты расположены вот в этой части овоща, поэтому её лучше вырезать и замочить в тёплой воде, только после этого можно будет употреблять её в пищу.

**Далее дети одевают маски**: осень, горошек, свёкла, капуста, огурец, морковь, баклажан и шапочку и халат доктор Айболит.

**Воспитатель:** Давайте покажем сценку, которая называется «Спор овощей.

**Осень**: Урожай у нас хорош, уродился густо:

 И морковка, и картошка, белая капуста,

 Баклажаны синие, красный помидор.

 Затевают длинный и серьёзный спор.

**Овощи:** Кто из нас из овощей,

 И вкуснее, и нужнее?

 Кто при всех болезнях

 Будет всех полезней?

**Осень**: Выскочил горошек... Ну и хвастунишка!

**Горошек:** Я такой хорошенький

 Зелененький мальчишка!

 Если только захочу,

 Всех горошком угощу!

**Осень:** От обиды покраснев,

 Свекла проворчала...

**Свекла** (важно):

Дай сказать хоть слово мне,

Выслушай сначала.

Свёклу надо для борща

И для винегрета.

Кушай сам и угощай-

Лучше свёклы нету!

**Капуста** (перебивая):

 Ты уж свёкла помолчи!

 Из капусты варят щи,

 А какие вкусные, пироги капустные!

**Огурец** (задорно):

Очень будете довольны,

Съев огурчик малосольный,

А уж свеженький огурчик

Всем понравится конечно!

**Морковь** (кокетливо):

Про меня рассказ недлинный:

Кто не знает витамины?

Пей всегда морковный сок

И грызи морковку-

Будешь ты тогда, дружок,

Крепким, сильным, ловким!

**Баклажан** (робко):

Баклажанная икра,

Так вкусна, полезна...

**Осень:** Спор давно кончать пора!

**Овощи (хором**): Спорить бесполезно!

**Слышится стук в дверь. Все овощи замолкают**.

**Овощи:** Кто- то кажется стучит.

Входит ребенок в костюме Айболита.

**Айболит:** Ну, конечно, это я!

 О чем спорите, друзья?

**Овощи**: Кто из нас, из овощей,

 Всех полезней и вкусней?

 Кто при всех болезнях,

 Будет всех полезней?

**Айболит** (важно расхаживая):

Чтоб здоровым, сильным быть

Надо овощи любить.

Все без исключения

В этом нет сомнения!

В каждом польза есть и вкус,

И решить я не берусь,

Кто из вас вкуснее,

Кто из вас нужнее!

Артисты кланяются.

**Незнайка:** Спасибо, ребята! А я не понял, кто же всех нужнее? Какой овощ?

**Дети:** Все овощи нужные и полезные.

**Незнайка**: Ребята, а могут ли овощи приносить вред?

Дети отвечают с помощью воспитателя: Да могут, если мы не будем знать, что такое нитраты и где, в какой части растения они содержатся. А так же перед едой надо обязательно мыть овощи и есть их надо чистыми руками.

**Воспитатель**: Незнайка, а ты всё понял?

**Незнайка:** Да, я столько много узнал нового об овощах. Спасибо вам.