**Цель:** продолжать закреплять знания детей о здоровом питании, о пользе каши в рационе детского питания. Дать понятие о том, что каша-традиционная русская еда, как и из чего её готовят.

**Задачи:**

* учить детей называть и различать разные виды круп;
* развивать интерес к исследовательской деятельности, желание познавать новое;
* воспитывать у детей желание о здоровом образе жизни.

**Материалы:**

различные виды круп, дидактические игра «Угощения для Маши», «Найди нужный крупу», лэпбук «Каша-сила наша».

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент.**

*(стук в дверь…)*

-Ребята, кто-то стучится к нам в дверь! Наверное Михаил Потапыч пришёл к нам в гости, он же обещал прийти к нам на занятие .

-Нет, я ошиблась. Дети посмотрите, кто к нам пришёл?

(Это Маша)

-Маша, а где Михаил Потапыч, он обещал к нам прийти.

Маша: Он хотел к вам прийти, но он приболел

- Мне кажется, что наш М.П. неправильно питался и из за этого он приболел. Ну ничего страшного, мы тебя Маша научим с ребятами правильно питаться, чем полезно завтракать, а ты всё расскажешь М.П. Садись поудобнее и внимательно слушай.

**2. Обучающий этап.**- Дети, скажите, что вы кушаете утром на завтрак?

(Кашу)

-А почему полезно кушать на завтрак кашу?

(Чтобы быть здоровыми, сильными, чтобы было много энергии на целый день)

-Правильно дети, а это потому что в каше много витаминов.

У нас на Руси народ сложил много пословиц про кашу:

1. Русская каша-матушка наша!
2. Кашу маслом не испортишь.
3. Про кашу не забудешь-здоровым будешь.

-Ребята, я покажу вам различные виды круп, а вы назовите крупу и кашу которую из неё варят.

-Какая это крупа? (Гречневая крупа)

-Из этой крупы, какую кашу варят? (Гречневую кашу)

*И т.д.*

-Каждая каша по своему полезна и вкусна. Дети, давайте подумаем, а что ещё добавляют в кашу, когда варят. (Молоко)

-А кто нам даёт молоко? (Корова)

-А у нас в группе есть корова? (Да, Бурёнка)

-А ещё в кашу добавляю сливочное масло, сахар, это для того чтобы каша была вкусной и сладкой, насыщенной.

**3. Пальчиковая гимнастика.**

-Теперь давайте с вами поиграем «Маша кашу наварила»



*(Слова текста сопровождаем действиями)*

**4. Закрепление.**

-Ребята, давайте покажем Маше, какие вы знаете каши. Я буду вызывать вас к доске и называть кашу, а вы будите искать картинку с этой кашей и приклеивать к тарелке.

*(Дети подходят к доске и выбирают нужную кашу)*

-У меня ещё есть одна игра «Найди нужную крупу»

*(Воспитатель индивидуально подходит к ребёнку и задаёт какую крупу надо найти)*

**5.Рефлексия.**

-Давайте с вами повторим, что полезно кушать на завтрак? (Кашу)

-Из каких круп варят каши? (Гречневая, рисовая и т.д.)

-Что ещё добавляют в кашу для вкуса? (Молоко, масло, сахар)

-Ребята, вы такие молодцы, хорошо отвечали на вопросы и вели себя на занятии отлично.

Маша: Спасибо, ребята. Теперь я знаю, как правильно питаться и чем завтракать, пойду расскажу всё М.П. Досвидания.