

День сока в подготовительной группе № 10.

Дата проведения: 17 сентября 2020 г.

Подготовили воспитатели:

Палей О.Н. воспитатель высшей квалификационной категории,
Альборова А.М. воспитатель б/к.

День сока – довольно актуальный праздник, несмотря на свой небольшой возраст. Всего несколько лет назад «Международная ассоциация производителей фруктовых соков» (IFU) предложила ввести в массы «Международный день сока» (World Juice Day). Главная задача праздника – показать всю важность этого полезного напитка, как часть ежедневного рациона. Изначально идею поддержали несколько стран Европы. Теперь официально наслаждаться «фруктовым праздником» можно и в России.

Многие из нас расценивают этот напиток просто как вкусный способ удаления жажды. Но соки – это один из самых простых и доступных способов насытить свой организм витаминами и веществами природного происхождения. Специалисты считают, что в рационе человека, который хочет чувствовать себя здоровым, ежедневно должно быть минимум 400 г овощей и фруктов, 1/5 часть из них может быть стаканом сока.

День сока в России празднуется каждую третью субботу сентября, поскольку именно этот месяц приносит нам свои плоды и последние тёплые деньки. В 2013 году россияне первый раз «попробовали на вкус» фруктовый праздник. В Москве, в Центральном Парке им. Горького, все желающие могли продегустировать соки разных торговых марок, специалисты отвечали на вопросы и проводили лекцию о концентрированном соке, о процессе его приготовления и доставки.

После умственной работы всех ждал приятный активный отдых. Все организаторы надеются на то, что в скором времени праздник сможет набрать обороты, приобрести массовость и выйти за пределы столицы. День сока – это способ ознакомить людей с незаменимыми полезными качествами этого напитка и помочь им узнать больше о культуре его потребления. Пейте сок и будьте здоровы!

Тема: «Вкусный и полезный сок»

Цель: познакомить детей с процессом приготовления сока.

Задачи:

- развивать наблюдательность, любознательность;
- воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, привычку сообща заниматься, помогая друг другу;
- учить делать простейшие умозаключения в процессе наблюдений и экспериментов;

расширять словарный запас дошкольников.

Материалы для проведения опыта:

- фрукты (яблоки или апельсин);
- бумажные салфетки яркого цвета на каждого ребёнка;
- терка (если эксперимент с яблоком, тарелка, марля, соковыжималка, трубочки-соломки).

Ход занятия:

Лето – сезон вкусных и полезных фруктов и ягод.

ФРУКТЫ — сочный съедобный плод дерева или кустарника. Фрукты являются важной составляющей пищи человека и многих животных.

ЯГОДАМИ мы называем небольшие сочные плоды растений. Ягоды растут на деревьях, кустах и маленьких кустиках. Ягоды бывают садовые и лесные, съедобные и ядовитые.

Садовые ягоды люди выращивают в саду. Они все очень полезны.

Лесные ягоды

Лесные ягоды растут в лесу. Они вырастают без помощи человека. Они более ароматны, чем садовые.

Овощи - это плоды или травянистые части растения. Овощи растут в огороде, всё, что растёт на грядке – это овощи.

Д. И. "Собери в корзинку овощи, ягоды и фрукты"

Все эти продукты очень полезны и из них можно делать сок. И сегодня мы с вами это попробуем сделать. а из чего вы догадаетесь,если отгадаете загадку:

Он с оранжевою кожей
Что на солнышко похожа.
А под кожурою – дольки
Посчитаем сколько?
Дольку каждому дадим,
Все по долочке съедим.

Воспитатель: Ребята, что это? (апельсин). Приготовьте пальчики, давайте поиграем.

Пальчиковая гимнастика «Мы делили апельсин».

Мы все с вами видели и кушали апельсин. Скажите, какой он на цвет, форму, вкус? (оранжевый, круглый, сладкий, вкусный).

Убедимся, что апельсин - это сочный фрукт и в нем много влаги.

Для этого мы разрежем его на кружочки и прислоним (отпечаток) к салфетки. Что мы видим? (остался мокрый след).

Ребята, а кто знает, как получают сок?

1. Можно получить сок из подручных материалов (в ручную)
2. На заводе с помощью больших соковыжималок.

1. Давайте с вами попробует выжать сок в ручную. Надевайте фартуки и подходите к столу. Как вы думаете, с чего нужно начать приготовление сока? (Сначала нужно очистить кожуру).

Правильно. Сначала нужно очистить кожуру. Кожура душистая, сочная, капельки разлетаются во все стороны. Очищенный апельсин кладу на блюдце, а блюдце, которое с кожурой убираю в сторону. Делю апельсин на дольки (дольки сочные, мягкие, беру марлевую салфетку, накрываю блюдце, туда кладу дольку апельсина, соединяю уголки, получается мешочек). Мешочек беру в левую руку, а в правую руку толкушку, давлю. Затем отжимаю сок и процеживаю через салфетку.

Воспитатель вместе с детьми называет этапы приготовления сока. Затем дети самостоятельно готовят сок. Когда дети закончат приготовление, воспитатель предлагает детям попробовать приготовленный ими сок.

Так сок получают обычным способом. Скажите много так сока можно получить?

Предлагаю сделать сок для всех. У нас есть соковыжималка, ее используют дома для семьи. Такие соковыжималки, только больших размеров, есть и на производстве сока.

Они и производят сок, который затем и привозят в магазин в коробочках.

Вот мы и получили много сока. Дети, какой сок? (Вкусный, сладкий, ароматный).

Воспитатель: Он не только вкусный, но ещё и очень полезный и содержит много витаминов. Где прятался сок?

Дети: В дольках.

Воспитатель: А теперь, где он?



Дети: В стакане.



Воспитатель: Сок можно готовить из фруктов и овощей.

Воспитатель: Что вам сегодня понравилось на занятии? Что нового вы узнали? (подведение итогов)