



Конспект непосредственно образовательной деятельности по познавательному развитию «Витамины наши друзья»

Цель: Создание условий для ознакомления детей с понятием «витамины» и названием продуктов, в которых они встречаются в большем количестве.

Задачи (в соответствии с возрастными особенностями):

Образовательные:

- Формировать у детей представления о необходимых человеку витаминах;
- Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни, на примере правильного питания;
- Обобщить и закрепить понятия «ягоды», «овощи» и «фрукты».

Развивающие:

- Развивать познавательный интерес к здоровому образу жизни
- Развивать внимание, мышление, воображение;
- Развивать связную речь, умение работать в группе, отвечать на поставленные вопросы, высказывать свое мнение.

Воспитательные:

- Воспитывать у детей потребность употреблять в пищу овощи, фрукты и полезные продукты.
- Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Оборудование: экран; мультимедиа; облако из шаров; книга; домики А, В, С; карточки с продуктами, содержащими витамины; картинки – отгадки на загадки; «банки» из цветной бумаги; стаканчики под рассаду, 2 лейки, луковицы.

Ход НОД

Организационный момент

Воспитатель:

Здравствуйте! Слово какое чудесное:

Чуточку доброе, чуточку нежное.

Здравствуйте! Скажем мы каждому дню.

Здравствуйте! Скажем мы всем и всему.

Что мы желаем человеку, когда говорим «Здравствуйте!»?

Дети: Мы желаем здоровья.

Мотивационно - побудительный момент

Запись: Кто-то чихает.

Воспитатель: Будьте здоровы! Ребята, кто из вас чихнул?

(На экране появляется Кузя)

Кузя: Здоровы, здоровы. Апчхи. И что это такое - здоровье ваше. Апчхи!

Здравствуйте, ребята! Апчхи.

Воспитатель: Что нужно сказать человеку, когда он чихает?

Дети: Будьте здоровы.

Воспитатель: Ребята, вы знаете, кто это? Ответы детей. Это Домовенок Кузя.

Что с тобой случилось?

Кузя: Да расчихался я дома, а мой друг Нафаня мне и говорит: «Будь здоров, да будь здоров!». Тоже мне, как будто я знаю, как это быть здоровым! Лежу себе на печи, да ем калачи - вот и здоров, вроде бы. Так Нафаня мне посоветовал принимать какие – то витамины, но я не знаю, что это такое и где их взять.

Воспитатель: Ребята, вы знаете, что такое витамины? Хотели бы ещё узнать о витаминах? Ребята, поможем Кузе узнать, где можно взять витамины и для чего они необходимы?

Дети: Да.

Воспитатель: Помочь Кузе мы можем, попав в удивительную страну, которая называется Витаминия. Ребята, посмотрите, что это такое?

Дети: Это облако.

Воспитатель: Какое оно?

Дети: Голубое, красивое, синее.

Воспитатель: Как вы думаете, сможем мы на облаке отправиться в страну Витаминия? Как мы сможем это сделать?

Вы готовы? *(Звучит музыка, дети берутся за руки).*

Воспитатель: Закройте глазки, представьте, что вы поднимаетесь высоко – высоко в небо. Откройте глазки. Вот мы и оказались с вами в волшебной стране Витаминия). Посмотрите, что это такое?

Дети: Книга.

Воспитатель: Эта книга будет с нами во время всего путешествия. В неё мы будем собирать всё то, что узнаем о витаминах. Вы со мной согласны? Что же здесь написано?

По ребристой дорожке пойдёшь, к домикам попадёшь.

(Воспитатель с детьми подходят к магнитным доскам с домиками).

Воспитатель: Ребята, что такое витамины?

Ответы детей.

Воспитатель: Витамины настолько маленькие, они меньше крупинки сахара. **Витамины – наши друзья.** В них содержится сила и здоровье для организма, витамины защищают нас от микробов и разных болезней. Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах. Как и у вас, у витаминов есть имена. Их зовут «А, В, С».

Воспитатель: Ребята, каждый витамин живёт в своём домике. В первом домике живёт Витамин А. Он важен для зрения и роста. Витамины очень любят играть в прятки. Вот и сегодня они спрятались от вас. Я загадаю загадку, а вы отгадайте, в каком продукте спрятался витамин А?

Красна девица

Сидит в темнице,

А коса на улице. Что это?

Дети: Морковь.

Воспитатель: Правильно, морковь. Найдите её на картинке и вставьте в окошечко. *(На столике лежат картинки с отгадками. Дети отгадывают загадку, находят картинку с отгадкой и вставляют в пустое окошечко).*

Назовите, в каких продуктах содержится витамин А?

Дети: Витамин А живёт в картофеле, в тыкве, в перце, в горохе, в рыбе.

Воспитатель: Во втором домике живёт витамин В. Витамин В помогает работать сердцу, укрепляет наши кости. Отгадайте загадку, в каком ещё продукте спрятался витамин В.

Сидит дед во сто шуб одет,

Кто его раздевает,

Тот слезы проливает.

Дети: Лук.

Воспитатель: Правильно, это лук. *(Дети находят картинку с отгадкой, вставляют в пустое окошечко).* Назовите, в каких ещё продуктах живёт витамин В.

Дети: Витамин В живёт в чесноке, в баклажане, в свёкле, в тыкве, в репе.

Воспитатель: В третьем домике живёт Витамин С. Он укрепляет наш организм, помогает бороться с микробами. Отгадайте загадку, где ещё живёт витамин С.

Жёлтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт,
Но на вкус кислейший он,
А зовут его...

Дети: Лимон.

Воспитатель: Молодцы, это лимон. *(Дети находят картинку с отгадкой, вставляют в пустое окошечко).* Назовите продукты, в которых живёт витамин С.

Дети: Витамин С в смородине, в шиповнике, в капусте, в апельсине, в лимоне, в огурце.

Воспитатель: Ребята, запомнили, в каких продуктах живут витамины? То, что узнали, заносим в нашу книгу. Перелистываем следующую страницу нашей волшебной книги.

По следочкам пойдёшь,
В страну ягод попадёшь.
(Подходят к столу с ягодой).

Воспитатель: Ребята, какие вы знаете ягоды. *(Дети перечисляют).* Что из ягод можно приготовить?

Дети: Из ягод можно приготовить варенье, компот, желе...

Воспитатель: Компоты можно приготовить на зиму, но лучше всего компот выпить сразу же после приготовления, потому что так в них сохраняется больше витаминов. Приготовим с вами компот? Вы согласны?

Ответы детей.

Воспитатель: Назовите, что лежит в тарелках.

Дети: В тарелках лежит малина, вишня, чёрная смородина, земляника, перец, яблоко.

Воспитатель: Ребята, из чего мы будем готовить компот?

Дети: Из ягод.

Воспитатель: Ребята, выбрать нужно только ягоды и приклеить на «банку». А что мы не будем брать в компот? Почему?

Дети: Это овощи и фрукты. *(Во время работы воспитатель подходит и помогает детям, хвалит за работу).*

Воспитатель: Поместим в нашу книгу.

Чтобы быть здоровым,
Нужно закаляться

И, конечно, каждый день
Физкультурой заниматься.

Поиграете со мной в игру «Вершки, корешки»?

Если я буду называть овощ, который растёт на земле — вы поднимаете руки вверх, если растёт под землёй — приседаете. *(Морковь, помидор, картофель, огурец, свёкла, капуста, тыква).*

Воспитатель: Перелистываем следующую страницу.

По камушкам пойдёшь,
В сказку попадёшь.

Ребята, сказочные герои не могут выбрать, что полезно для их организма, а что нет. Поможем им? Поиграем в игру «Третий лишний»?

(На экране по очереди появляются герои).

Что это за сказочный герой? Назовите продукты, которые вы видите на экране.

Дети: яйца, рыба... (пепси - кола)?

Что лишнее? Почему?

морковь, зеленый лук... (кириешки)? Почему?

молоко, орехи... (лимонад)? Почему?

капуста, яблоко... (чипсы)? Почему?

Воспитатель: Что мы узнали?

Дети: Продукты бывают полезные и неполезные. В полезных продуктах есть витамины.

Воспитатель: То, что узнали, заносим в нашу книгу. Осталась последняя страница.

Прямо пойдёшь,
На огород попадёшь.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, где сейчас мы можем взять витамины?

Дети: В аптеке, в магазине.

Мы можем сами вырастить витамины.

Вот горшочки вместо грядки,

Лейка вместо дождика.

Что же можно посадить?

В садике всех удивить!

(Дети сажают луковичку в стаканчик и поливают).

У лука появятся зелёные пёрышки. В них есть витамины.

Воспитатель: Все задания из книги выполнили? Пора возвращаться в детский сад. На чём мы будем возвращаться?

Дети: На облаке. *(Звучит музыка).*

Воспитатель: Закройте глазки, представьте, что вы поднимаетесь высоко – высоко, тихо – тихо опускаетесь на землю. Откройте глазки. Вот мы и оказались с вами в детском саду.

Кузя: Ребята, вы узнали, как мне выздороветь? Расскажите, что вы узнали о витаминах.

Ответы детей.

Воспитатель: Ребята, у нас же с вами есть книга. Мы всю информацию о витаминах собрали в неё. Расскажите Кузе, что такое витамины, где их взять. Почему нужно есть продукты, в которых много витаминов?

(Открывают книгу, рассказывают о витаминах).

Воспитатель: Кузя, ты теперь понял, что такое витамины, где их взять, для чего они необходимы?

Кузя: Ребята, спасибо вам большое. Теперь я многое узнал о витаминах.

Воспитатель: Ребята, чтобы вы вспоминали о нашем путешествии, возьмите с собой книгу. Листая страницы, вы сможете рассказать детям из других групп о витаминах.