

## Конспект занятия в средней группе «Витамины в саду и огороде»

Подготовила воспитатель- Тришканева Клавдия Викторовна



**Цель:** сформировать представление детей о витаминах, формировать у детей младшего возраста потребность к здоровому образу жизни.

### Задачи:

Познакомить детей с понятием «витамины», с тем какую пользу они приносят людям

Учить детей различать витаминно-содержащие продукты

Закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания

Развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь.

Материал: Карточки с изображением овощей и фруктов, корзины и вазы для фруктов; муляжи с овощами и фруктами, мешочек для игры.

### Ход занятия:

Дети садятся на стульчики.

**Воспитатель:** Ребята сегодня мы с вами побеседуем на интересную тему: «Про витамины»

## Раздается стук в дверь

Лиса: Тук, тук, тук ...

Воспитатель: Ребята к нам кто-то пришел, давайте подумаем, кто это может быть?

Ответы детей ...

В группу заходит лиса.



Лиса: Дети, вы меня узнали?

**Дети:** (ответы детей)

**Воспитатель:** Да, правильно, это лисичка- сестричка. Она пришла в садик к нам не просто так. Лисичка пришла поиграть с нами и рассказать о пользе овощей и фруктов.

**Лиса.:** Здравствуйте, дети! Как вы себя чувствуете? Все ли здоровы?

**Дети и Воспитатель:** Все!!!

**Лиса:** Как я рада, что вы не болеете. Что вы все здоровы, Молодцы!

**Воспитатель:** Ребята, у каждого человека есть голова, туловище, руки, ноги.

**Лиса:** А внутри нас есть ещё сердечко.

**Воспитатель:** Для работы нашего организма нам необходимы витамины.

**Лиса:** А кто мне скажет, а зачем всем людям нужны витамины?

**Дети:** (ответы детей)

**Лиса:** Правильно, чтобы быть здоровым, сильным. Хорошо видеть и слышать. И я пришла к вам с загадками.

**Воспитатель:** ребята очень любят отгадывать загадки.

**Лиса:** Ну, тогда, внимательно слушайте, будем определять: это фрукты или овощи:

**Лиса:** Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые,

И маленькие детки

**Дети и Воспитатель:** Яблоко

**Лиса:** Желтый, кислый, ароматный,

В чае с сахаром, приятный.

Витаминов полон он...

Как зовут его?

**Дети и Воспитатель:** Лимон

**Лиса:** Этот фрукт на вкус хорош

И на лампочку похож.  
Желтая лампочка висит.  
Скушать нам себя велит.

**Дети и Воспитатель:** Груша

**Лиса:** Правильно! А теперь скажите мне:

Эти вкусные продукты

Зовутся одним словом -

**Дети и Воспитатель:** Фрукты



**Лиса:** А где растут фрукты?

**Дети:** (ответы детей)

**Лиса:** А что можно из фруктов приготовить? А из овощей?

**Дети:** (ответы детей)

**Лиса:** Молодцы, а теперь и мы с вами сварим из фруктов КОМПОТ, а из овощей БОРЩ:

### **Дидактическая игра "Варим борщ и компот"**

На столе стоит корзина для фруктов и кастрюля, муляжи фруктов и овощей. Детям предлагается разложить фрукты и овощи для борща и компота.



### **Физкультминутка «Собираем урожай»**

В огород сейчас пойдем, урожай соберем(Маршировать на месте.)

Мы морковки натаскаем. (таскают)

И картошки накопаем. (Копают.)

Срежем мы качан капусты. (Имитировать, как срезаем.)

Круглый, сочный, очень вкусный! (Имитировать, пьют компот.)

Фруктов мы сейчас нарвем.(рвем фрукты с деревьев)

И компот из них поьем!



**Лиса:** Слушайте следующую загадку:

Что за скрип?

Что за хруст?

Это что ещё за куст?

Как же быть без хруста,

Если я ...

**Дети и Воспитатель:** Капуста!

**Лиса:** Правильно!!! Это капуста. Слушаем дальше...

Корешок оранжевый под землей сидит,

Кладезь витаминов он в себе хранит,

Помогает деткам здоровее стать,  
Что это за овощ, можете сказать?

**Дети и Воспитатель:** Морковка

**Лиса:** молодцы ребята, все то вы знаете

Он на грядке вырастает

Никогда не обижает

Ну, а плачут все вокруг

Потому что чистят

**Дети и Воспитатель:** Лук.

**Лиса:** Дети, скажите, а как одним словом можно назвать эти отгадки на мои загадки?



**Дети и Воспитатель:** Это овощи.

**Лиса:** А где растут овощи?

**Дети и Воспитатель:** В огороде, на грядках...

**Лиса:** Молодцы ребята, отгадали все мои загадки. А теперь...

### **Пальчиковая игра «Салат из моркови»**

«Мы морковку чистим, чистим (Дети стоя выполняют пальчиковую игру.)

Мы морковку трём, трём. (Скользящие движения ладонью о ладонь.)

Сахарком её посыплем (Показывают как «посыпают сахаром», собирая пальцы правой руки вместе)

И сметаной польём. («Поливают сметаной», складывая пальцы в кулак)

Вот такой у нас салат, (Вытягивают руки вперёд.) витаминами богат".

Вкусный и полезный. (Гладят живот).

**Воспитатель:** Айболит хочет рассказать вам сказку про витаминки.

**Лиса:** Живут на свете витаминки, они такие маленькие, что их никто не замечает. У каждой есть своё имя, как и у каждого из нас. Живут они в продуктах, которые полезные для человека.

Вот, например, витамин А - он важен для нашего зрения, чтобы лучше видели наши глазки, живет он в свёкле, морковке, помидоре, капусте.

А вот витамин В – он помогает работе вашего сердечка и находится в мясе, сыре, хлебе, банане.

Вот витамин С - он укрепляет весь организм. Делает человека более здоровым, живет в чёрной смородине, апельсине, луке и картошке.

**Воспитатель:** Вам понравилась сказка про витаминки?

**Дети:** Да

**Лиса проводит с детьми физкультминутку.**

Будешь кушать витаминки

Будешь очень, очень сильным (**показывает силу**)

Будешь бегать далеко (**бег на месте**)

Будешь прыгать высоко (**прыжки на 2 ногах**)

Будут ножки танцевать (**выставляет на носок**)

И усталости не знать.

**Воспитатель:** Ребята, сегодня мы познакомились и узнали много нового о витаминах, которые живут в овощах и фруктах, а также в продуктах, которые необходимы для жизни человека.

Ребята, вам понравилось сегодня играть с лисичкой?

**Дети:** (ответы детей)

**Лиса:** Ребята, я вам желаю есть побольше витаминных продуктов и хочу подарить вам корзину с фруктами и быть всегда здоровыми.

До свидания, ребята. До новых встреч!!!