

**Конспект проведения
непрерывной образовательной деятельности
с детьми подготовительной к школе группы по теме «Витамины и здоровье»**

*Воспитатель:
Слука С.А.
январь, 2016г.*

Цель: Пропаганда здорового образа жизни, поднятие роли семьи в воспитании здорового ребенка, активизация интереса родителей к деятельности дошкольного учреждения.

Задачи:

1. Уточнить и закрепить знания детей о происхождении продуктов питания. Дать детям знания о пользе продуктов питания: основная польза – наличие в продуктах витаминов А, В, С, Д, Е.
2. Дать детям элементарные знания о пользе витаминов, их влиянии на детский организм. Учить детей классифицировать продукты питания по наличию в них наибольшего количества определённых витаминов.
3. Учить детей пользоваться ножом.
4. Укреплять здоровье детей путём массажа биологически активных точек пальцев рук пшеном.

Образовательная область: Познание, здоровье, коммуникация.

Оборудование: мультимедийная установка, слайд-презентация на тему «Витамины и здоровье», игрушечные грузовики, муляжи фруктов и овощей, продуктов питания, тарелочки с пшеном по количеству детей, 5 столов, карточки с изображением продуктов питания.

Организация и методика проведения:

Дети входят в группу, здороваются с гостями, садятся на стульчики, поставленные полукругом.

Воспитатель: Дайте-ка, я на вас посмотрю, все здоровы, в хорошем настроении, улыбаетесь. Наверное, хорошо покушали?

Воспитатель: Ребята, скажите мне, что надо кушать, чтобы расти большими и здоровыми?

(Выслушиваю ответы детей)

- Какая пища самая полезная?

(Выслушиваю ответы детей)

- А что вы больше всего любите кушать?

- Ребята, а как вы думаете, где люди берут все эти продукты? (Приложение 1)

- Откуда мы берём овощи? Фрукты? (Слайд 3, 4, 5, 6)

- Откуда получаем молочные продукты? Яйца? Мясо? (Слайд 7, 8, 9, 10)

- А хлеб откуда в магазине? (с хлебозавода, из муки, из зерна) (Слайд 11, 12, 13, 14)

- Откуда берём рыбу? (Слайд 15, 16)

- Как люди получают зерно? Крупу? (Слайд 17, 18)

- Все продукты продаются в продуктовом магазине. (Слайд 19)

Воспитатель: Сейчас мы поиграем в игру, которая называется “Откуда продукты к нам на стол пришли?”

Завожу с помощью детей грузовики, гружённые разными продуктами.

Продукты находятся вперемешку на грузовиках. (Слайд 20)

Фрукты: яблоки, груши, апельсины, лимоны, сухофрукты, гранат.

Овощи: морковь, лук, свёкла, картофель, чеснок, банка зелёного горошка, в железной банке томатная паста.

С поля: хлеб, печенье, крупы в пакетах (рис, гречка, геркулес, пшено).

Продукты животноводства: тушёнка, сгущёнка, сосиски в упаковке, сметана, сыр.

Морепродукты: баночки консервы из рыб, икра, рыбные изделия в упаковках.

В группе стоят 5 столов. На каждый стол выкладываю силуэты (дерево, коричневый, жёлтый, синий, зелёный прямоугольники). (Слайд 21)

Воспитатель:

1. Вот дерево. На этот стол Аня и Валя должны положить продукты, которые выросли на дереве.

2. Вот грядка (коричневый прямоугольник). На этот стол Кирилл и Дима должны выбрать продукты, которые выросли в огороде, на грядке.

3. Это поле (жёлтый прямоугольник). Катя и Юля выберут сюда продукты, которые выросли в поле.

4. А это море (синий прямоугольник). Таня и Марина должны положить сюда продукты, которые нам даёт море.

5. Зелёный прямоугольник. Володя и Андрей выставят сюда продукты животноводства.

Задание понятно? Выходите и приступайте к заданию. (Слайд 21)

После выполнения все вместе проверяем, дети называют продукты. Сгружаем продукты в грузовик, увозим. Дети садятся на стульчики.

Воспитатель: А теперь давайте сделаем массаж рук с помощью пшена.

Дети подходят к столу, становятся вокруг него. На столе стоят тарелочки с пшеном. Дети вместе с воспитателем. (Слайд 22)

- Берём в руку пшено, пересыпаем из руки в руку.

- Расправив ладошки, надавливаем на пшено.

- Взяв в руки немного пшена, трём ладошки друг о друга. Работаем аккуратно, над тарелочкой.

- Взяв в обе руки немного пшена, развернув руки ладошками вверх, сжимаем ладошки в кулачки, разжимаем. 10 раз.

- Взяв в одну руку немного пшена – щепотку, сыплем пшено в тарелочку.

Воспитатель: Ребята, а чем полезны продукты? (В них есть витамины)

Воспитатель: Какие витамины вы знаете? (А, В, С, Д, Е) (Слайд 23)

Воспитатель: А какой витамин называется “витамином роста”? (Слайд 24)
“Витамин А – “витамин роста”.

Его больше всего в морковке,

Есть и в тыкве, абрикосах,

В персиках, в арбузе тоже.

Его много в молоке и в яичном желтке”

Воспитатель: А что вы знаете о витамине Д? (Слайд 25)

“Творог, печень, яйца, сыр

Укрепляют организм.

Укрепляет наш скелет друг детей – витамин Д”.

Воспитатель: В каких продуктах есть витамин В? (Слайд 26)

“Горох, кофе, шоколад

Витамином В богат.

Мясо, яйца, хлеб, орех

Дают энергию для всех!”

Воспитатель: А какой витамин самый вкусный? (Слайд 27)

“Витамин С – он самый вкусный

В апельсинах, яблоках и капусте.

А больше всех в шиповнике.

Он поможет быть здоровым и красивым, и весёлым!”

Воспитатель: Какой ещё витамин полезен детям? (Слайд 28)

“Ешьте больше каши разной,

сваренной на молоке.

Там есть нужный детям

Полезный витамин Е!”

Вот сколько всего мы знаем!

Воспитатель: В группе 5 столов. За каждым столом по 2 ребёнка. Раздаю модели витаминов А, В, С, Д, Е детям. По 1 модели на каждый стол.

А – красный круг, В – синий, С – зелёный, Д – жёлтый, Е – коричневый. (Слайд 29)

- В руках у меня карточки, на них нарисованы разные продукты. Я буду показывать **карточки вперемешку**, а вы должны назвать продукты и определить каких витаминов в них больше. После ответа карточку забираете себе. (Слайд 30)

А – морковь, тыква, помидор, персик, арбуз, дыня. (Карточки обведены красным фломастером)

В – мясо, яйца, горох, бобы, шоколад, хлеб, орехи. (Карточки обведены синим фломастером)

С – шиповник, апельсин, лимон, яблоко, груша, лук. (Карточки обведены зелёным фломастером)

Д – молоко, творог, масло, печень, рыба. (Карточки обведены жёлтым фломастером)

Е – гречка, рис, кукуруза, грецкий орех, молоко. (Карточки обведены коричневым фломастером)

- Вот и справились с витаминами.

Воспитатель: Ребята, а какое время года у нас сейчас? (весна)

Витаминов в организме становится мало. Чтобы получать витамины постоянно, что нам можно есть? (проросшие семена гороха, фасоли, зелёный лук, чеснок) (Слайд 31)

И для наших гостей мы приготовили необычное угощение – нежные расточки, вкусные и полезные. Давайте угостим гостей. (Дети берут блюда и угощают)

Воспитатель: В конце нашего занятия мы немного поработаем. Поставьте стульчики за столы. Сходите помойте руки. Оденьте фартуки и косынки. Садитесь за столы. (пока дети мыли руки воспитатель расставил на столы продукты, посуду, салфетки, ножи)

Воспитатель: На столе лежат продукты. Назовите их. (Колбаса, масло, хлеб, сыр, лук, солёный огурчик) Откуда эти продукты берутся? Всё вкусное, полезное, с витаминами. Будем готовить бутерброды для гостей. Дети готовят бутерброды, укладывают их на блюда. (Слайд 32)

По ходу: какие витамины в хлебе? Луке? Сыре? Колбасе?

Воспитатель: Ещё я заварила для наших гостей напиток из шиповника. Угощаем гостей!