

Конспект непрерывной образовательной деятельности

Тема: «Что важно для здоровья»

Цель: обобщение и систематизация знаний детей среднего дошкольного возраста о витаминах.

Задачи:

- Формировать потребности к здоровому образу жизни.
- Познакомить детей с понятием «витамины» и их пользе.
- Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов для здоровья.
- Развивать внимание, мышление, воображение, память, словарный запас детей.

Материал: кукла Маша, ИКТ, разрезные картинки с изображением фруктов и овощей, картинки «Сад», «Огород», корзинки.

Предварительная работа: чтение книг, рассматривание иллюстраций, разгадывание загадок, беседы о ЗОЖ, заучивание пословиц, поговорок, дидактические игры.

Ход занятия.

Воспитатель. Ребята, а вы знаете, вы ведь, что всегда надо здороваться, потому что «здравствуйте» значит «желаю здоровья». Есть такая поговорка «Здороваться не будешь, здоровья не получишь». Все умеют здороваться? (Да - отвечают дети) Поэтому сегодня все такие здоровые и красивые! А еще по утрам нужно делать зарядку! Спасибо зарядке здоровье в порядке. **Коммуникативная игра «Здравствуй!»** Дети встают в круг и поочередно пропивают фразу, называя имя ребёнка, которому передают мячик: «Здравствуй, Варвара!» и т.д. Молодцы ребята, очень интересная игра у нас с вами получилась.

Стук в дверь. Заходит помощник воспитателя с куклой.

Кукла Маша: Здравствуйте, ребята, меня зовут Маша. Я пришла к вам за помощью. Я часто болею, а хочу быть сильной и здоровой. Что надо для крепкого здоровья? Ребята, помогите мне, пожалуйста разобраться!

Воспитатель. Ребята, давайте попробуем с вами помочь кукле Маше. Действительно иногда люди болеют, но надо стараться быть здоровыми. Если вы хотите быть здоровыми, веселыми, крепкими, работоспособными, если хотите бороться с разными микробами, не поддаваться никаким болезням – каждый день надо: заниматься зарядкой, гулять на улице, пить витамины. Основные источники поступления витаминов в организм-это овощи, фрукты, ягоды. Особенно полезно употреблять их сырыми.

Физ. минутка

Мы делили апельсин
Много нас, а он один,
Эта долька для ежа,
Эта долька для стрижа
Эта долька для утят,
Эта долька для котят,
Эта долька для бобра,
А для волка кожура,
Он сердит на нас
Разбегайтесь кто - куда.

Воспитатель. Кукла Маша у нас есть овощи и фрукты, но их надо собрать. Ребята вам нужно из нескольких частей собрать целую картинку. (Разрезные картинки фруктов и овощей). Посмотрите ребята на доску - вот что мы должны собрать (на доске изображение фруктов и овощей).

Беседа с детьми: (Что у тебя получилось?, А это фрукт или овощ?, Где растут фрукты?, Где растут овощи? (В огороде, на грядке).

Давайте мы с вами фрукты отнесем в сад, а овощи в огород. (Дети относят свои фрукты и овощи в соответствующую корзинку).

Молодцы, вы все верно распределили, а Маша приготовила вам загадки.

Желтый цитрусовый плод
В странах солнечных растет.
Но на вкус – кислейший он,
А зовут его ... **(лимон)**

С виду он как рыжий мяч,
Только вот не мчится вскачь.
В нем полезный витамин –
Это спелый ... **(апельсин)**

Близнецы на тонкой ветке,
Все лозы родные детки.
Гостю каждый в доме рад.
Это сладкий ... **(виноград)**

Все о ней боксеры знают,
С ней удар свой развивают.
Хоть она и неуклюжа,
Но на фрукт похожа ... **(груша)**

Листья собраны в кочан
В огороде у сельчан.
Без нее во щах не густо.
Как зовут ее...**(капуста)**

Что копали из земли,
Жарили, варили?
Что в золе мы испекли,
Ели да хвалили...**(картофель)**

Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице...**(морковь)**

Давайте угостим Машу. Проходим за столы. Налепим ей и ее подружкам витамин.
Кукла Маша. Спасибо вам большое! До свидания.

Воспитатель. Итак, что вы запомнили сегодня? Что нужно делать что бы быть здоровым? (ответы детей). Будьте здоровы!