**Конспект** **ООД по развитию речи**

**«Путешествие в страну Витаминов»**

 **Подготовила и провела: воспитатель Маштанова Т. А.**

 **Цель:** Создание условий для формирования представлений о пользе витаминов, о содержании витаминов в продуктах питания.

 **Задачи:**

-Совершенствовать знания детей о пользе витаминов, которые содержатся в продуктах;

-Расширять знания детей о пользе для здоровья овощей и фруктов, их значении для жизни и здоровья человека,

-Развивать память, внимание, наглядно-образное мышление;

-Воспитывать чувство дружбы, взаимовыручки, коллективизма; бережное отношение к своему организму.

 **Демонстрационный материал:**

-Картинки с изображением продуктов питания,

-Воздушный шар;

 **Раздаточный материал:**

-карточки с изображением витаминов;

-дидактическая игра «Назови полезный продукт»;

-индивидуальные коврики;

-натуральные фрукты (апельсин, лимон);

-краски, альбомные листы.

 **Предварительная работа:**

Беседы «Что такое здоровье?», «Вредные и полезные продукты», «Где живут витамины»;

Чтение книг «Мойдодыр» К. Чуковского, «Вредные советы» Г. Остера

Рассматривание альбома «Быть здоровыми хотим»;

Проведение опытов: «Определи на запах, на ощупь»;

Знакомство с понятиями «пища растительного происхождения», пища животного происхождения».

 **Словарная работа:**

Ввести в активный словарь слова:

здоровье, витамины А, В, С, D, «Витамин бодрости», организм, пища животного происхождения, пища растительного происхождения.

 **Методы и приемы:** беседа, ответы и вопросы, чтение стихотворений.

 **Образовательные области:** речевое развитие, физическое развитие, социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, музыкальное развитие.

 **Ход ООД**

**Воспитатель:** здравствуйте ребята! Посмотрите, какой сегодня хороший, солнечный день. Солнышко нам улыбается. Давайте мы друг другу улыбнемся и, скажем «Здравствуйте!» и назовём друг друга ласково.

**Воспитатель:** сегодня, ребята, к нам залетел нарядный, красивый воздушный шар. А к нему прикреплено письмо.

(Воспитатель читает письмо)

 «Дорогие ребята, Ангина Ангиновна и Грипп Гриппович решили испортить всем жителям села настроение, заразить всех гриппом и ангиной. Помогите, научите жителей села, что нужно делать, чтобы не болеть и быть здоровыми. С уважением, доктор Айболит».

**Воспитатель:** Ребята, поможем жителям?

(Ответы детей)

**Воспитатель:** Дети, а кто из вас может объяснить, что такое здоровье?

**Дети:** Здоровье – это отсутствие болезней, сила, красота, бодрость, радостная жизнь, счастье.

**Воспитатель:** Я с вами полностью согласна. Здоровье — это и ваше хорошее настроение. Поэтому здоровье нужно очень сильно беречь всегда, это самое большое богатство каждого человека. Ребята, а кто знает пословицы о здоровье? Давайте вспомним пословицы, о здоровье.

(Дети рассказывают пословицы о здоровье)

«Где здоровье, там и красота»

«В здоровом теле – здоровый дух»

«Здоровье даром не дается, за него надо бороться» и др.

**Воспитатель:** А как можно бороться за здоровье?

**Дети:** нужно заниматься гимнастикой, физкультурой, правильно питаться, закаляться, соблюдать режим дня, умываться по утрам и вечерам, чистить зубы.

**Воспитатель**: как вы думаете, это нужно делать каждый день или иногда, чтобы чувствовать себя здоровыми, веселыми и счастливыми?

**Дети:** Да. Заботиться о своём здоровье нужно каждый день, то есть ежедневно.

**Воспитатель:** что еще нужно человеку чтобы быть здоровым?

**Дети:** нужно правильно питаться, кушать вкусные полезные продукты

**Воспитатель**: да, пища дает вам силу для работы и движения, с ней вы получаете все необходимые вещества для роста.

Люди питаются разной пищей, она бывает растительного, животного происхождения. Как вы думаете, какие бывают продукты растительного происхождения?

**Дети:** Овощи, фрукты, и другие продукты

**Воспитатель:** какие бывают продукты животного происхождения?

**Дети:** Мясо, масло, яйца, рыба и другие продукты

**Воспитатель:** Давайте поиграем в игру «Угадай продукт»

На столе лежат карточки с изображением разных продуктов вам нужно выложить продукты животного происхождения на красное поле, продуты растительного происхождения на жёлтое поле.

(Дети выполняют задание.)

**Воспитатель**: чтобы проверить, правильно ли вы выполнили задание, переверните карточки, если цвет карточки совпал с цветом поля, значит, вы справились с заданием.

**Воспитатель:** Молодцы, вы все справились с заданием.

Овощи, фрукты, ягоды очень вкусные, а еще они полезные. Что такого полезного в них находится?

**Дети:** Витамины

**Воспитатель:** А какие витамины вы знаете?
**Дети:** (А, В, С)

**Воспитатель:** правильно ребята, самые главные витамины - А, В, С,

(Воспитатель, читает стихотворение)

«Никогда не унываю,

И улыбка на лице,

Потому что принимаю,

Витамины А. В. С.»

**Воспитатель:** Витамины оказывают различное влияние на здоровье человека. Чтобы быть здоровым и не болеть необходимо есть продукты богатые витаминами. Нам с вами нужно, как можно больше узнать сведений о витаминах и их пользе, чтобы помочь жителям нашего города, поэтому предлагаю отправиться в страну Витаминов.

«За морями, за лесами

Есть волшебная страна.

Страною Витаминов зовётся она.»

**Воспитатель:** Ребята, как нам можно попасть в эту страну?

**Дети**: надо закрыть глаза, и мы окажемся в стране

**Воспитатель:** Я знаю волшебные слова, с помощью которых мы попадём в эту страну. Готовы? Тогда в путь, повторяйте вместе со мной.

«Глаза свои закрой, дружок,

Три раза повернись,

В стане Витаминов очутись!»

**Воспитатель**: интересно к какому витамину в гости мы попали?

Обратите внимание на продукты, которые изображены на картинках, во всех этих продуктах есть витамин.

(Дети рассматривают карточки, решают между собой, что это за витамин.)

**Воспитатель:** сейчас мы проверим, правы вы или нет. Почему полезен витамин А?

**Дети:** Витамин «А» помогает бороться с кашлем и простудой, помогает детям хорошо расти, хорошо видеть.

**Воспитатель:** да, совершенно верно, ребята, а вы знаете, как ещё можно заботиться о своём зрении?

**Дети:** нужно делать гимнастику для глаз.

**Воспитатель:** Давайте сделаем гимнастику для глаз

 (Дети выполняют гимнастику для глаз.)

«Глаза свои закрой, дружок,

Три раза повернись,

В стане Витаминов очутись!»

**Воспитатель:** Ребята посмотрите на эти фрукты, подумайте, и скажите, какой витамин содержится в них?

**Дети:** В этих фруктах есть витамин «С»,

**Воспитатель**: правильно: Витамин «С», или аскорбиновая кислота. Если в пище мало витамина «С», то человек быстро устает, часто болеет. Витамин «С» есть в черной смородине, шиповнике, луке, помидорах, его больше в квашеной капусте, чем в апельсине и лимоне.

**Воспитатель:** Ребята, а можно ли найти витамин по запаху?

(Предполагаемые ответы детей)

**Воспитатель:** Давайте поиграем в игру «Умный нос»

Перед вами в подносе лежат «волшебные бочонки» определите по запаху в каком из них находится продукт богатый витамином С

(Дети выполняют задание)

**Воспитатель:** А теперь давайте вместе проверим правильность выполнения задания: Откройте «волшебные бочонки», если в нём есть жёлтый жетон, значит, вы справились с заданием.

**Воспитатель:** Молодцы! А нам пора дальше путешествовать по стране Витаминов, собирать знания о здоровье, ведь мы должны помочь преодолеть козни Ангины и Гриппа

**Воспитатель:** Я прочту вам стихотворение, а вы догадайтесь у кого мы в гостях.

«Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам,

И не только по утрам»

**Дети:** Мы пришли в гости к витамину «В»

**Воспитатель**: для чего полезен витамин «

**Дети:** Витамин «В» помогает сердцу – главному человеческому органу.

**Воспитатель:** Витамин «В» также называют «витамином бодрости».

Если его недостаточно в пище, то появляется слабость, головная боль, человек быстро устает.

**Воспитатель:** Витамин «В» есть во многих продуктах, подойдите к столу и выберите карточку с продуктом, в котором есть витамин В

 (Дети выполняют задание)

**Воспитатель:** Молодцы, а нас в гости ждёт ещё один витамин. Вперёд, в путь.

Скажем волшебные слова:

«Глаза свои закрой, дружок,

Три раза повернись,

В стане Витаминов очутись»

**Воспитатель:** Мы попали в гости к витамину к витамину «Д». Он делает кости рук и ног крепкими. Если в питании малышей не хватает витамина «Д», они могут заболеть, ножки могут на всю жизнь остаться кривыми. Витамин «Д» содержится рыбе, морепродуктах, в желтке яйца.

А больше всего витамина «Д», хотя это и не очень вкусно, но полезном, в рыбьем жире

Витамин «Д» мы получаем с лучами солнца. Я предлагаю вам позагорать на солнышке. Ребята, пройдите, лягте на коврики и закройте глаза.

**ФИЗМИНУТКА «Мы загораем»**

(Звучит музыка)

**Воспитатель:** Представьте, что с высокого голубого неба смотрит ласковое солнышко, его теплые лучи озарили всю поляну. Солнечные лучики нежно ласкают ваше тело, и оно еще больше расслабляется.

«Мы прекрасно загораем!

Наши ноги напрягаем!

Напрягаем… напрягаем…

Загорели! Расслабляем.

Ноги не напряжены, а расслаблены.»

**Воспитатель:** Ребята, мы побывали в гостях у главные витаминов, которые помогают нам меньше болеть. Предлагаю поиграть в игру «Где спрятался витамин» Описание игры (На столе разложены карточки с названиями витаминов «А», «В», «С», «Д».

(Дети подбирают нужные карточки с изображений овощей и фруктов к каждому витамину.)

 **Воспитатель:** Ребята, теперь вы знаете все полезные продукты необходимые для организма как же нам наши знания передать жителям нашего города?

**Дети:** написать, рассказать, нарисовать.

**Воспитатель**: да, давайте нарисуем то, что мы узнали сегодня в путешествии, нарисуем овощи и фрукты, которые обязательно должны кушать дети и взрослые, чтобы быть здоровыми.

(Дети садятся за столы рисуют овощи и фрукты.)

**Воспитатель**: Молодцы ребята, вы хорошо нарисовали, теперь односельчане будут знать, какие продукты полезны для здоровья.

**Воспитатель:** Каждый человек должен заботиться о своем здоровье. Давайте вспомним, что нужно делать, чтобы быть здоровым?

 (Ответы детей)

**Воспитатель:** ведь никто не позаботиться о тебе лучше, чем ты сам.

**Воспитатель:** Ребята, что нового вы сегодня узнали о своем здоровье?

В гостях у каких витаминов мы побывали?

Какую пользу приносит нашему организму витамин А, и в каких продуктах его можно найти?

Какую пользу приносит нашему организму витамин В, и в каких продуктах Какую пользу приносит нашему организму витамин С, и в каких продуктах его можно найти?

Какую пользу приносит нашему организму витамин D, в каких продуктах его можно найти?

(Ответы детей)

**Воспитатель:** если вам понравилось наше путешествие улыбнитесь друг другу и мне, ведь улыбка – это залог хорошего настроения. Так мы дарим друг другу радость. Так давайте же подарим друг другу свои улыбки и хорошее настроение.

**Литература:**

**1** Галиев Ш. Витаминные буквы. – М., 1974.

**2**. Кончаловская Н. Про овощи. – Л., 2000.