Конспект непосредственно образовательной деятельности для

подготовительной группы детского сада

Тема:"Витамины я люблю -быть здоровым я хочу!"

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

городского округа Саранск

«Центр развития ребенка – детский сад № 46»

**Конспект**

**организованной образовательной деятельности с детьми средней группы № 8**

**по познавательному развитию**

**на тему: «Витамины и их значение в жизни человека»**

 **Подготовила:**

воспитатель Демидова Л.Г.

**Саранск, 2018 г.**

**Цель:** познакомить детей с понятием витамины.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Познакомить детей с понятием «витамины» и с витаминами А, В, С., формировать у детей представление о полезных продуктах, в которых содержаться витамины.

**Развивающие:**

Развивать обонятельные и вкусовые анализаторы, развитие мелкой моторики рук.

**Воспитательные:**

Воспитывать у детей чувство сопереживания желание прийти на помощь.

**Оборудование:**

* Игрушка Чебурашка;
* Три мольберта с плакатами с изображением витаминов А, В, С;
* Фрукты: яблоко, лимон, апельсин, персик, абрикос;
* Овощи: помидор, морковь, лук, чеснок, капуста, картошка;
* Баночки с запахами: лимона, апельсина, чеснока, лука, капусты;
* Крупа в двух больших чашках: горох + гречка, фасоль + гречка;
* Аромолампа с маслом мяты;
* Муляжи фруктов и овощей в корзиночке;
* Тарелочки по количеству детей;
* Магнитофон, кассета с аудиозаписью песни «Чебурашка», «Классика для малышей»

**Ход занятия**

**Вводная часть**

Входят дети.

*Воспитатель:* посмотрите ребята, сколько гостей пришло к нам в гости. Поздоровайтесь. Я очень рада видеть вас всех сегодня такими красивыми, здоровыми.  Скажите, с каким настроением пришли на занятие.

*(Хорошее, веселое, улыбчивое, задорное, доброе).*

Поделитесь своим хорошим настроением друг с другом. Улыбнитесь друг другу. Сегодня вас ждет много увлекательных игр и вы узнаете много интересного. Я думаю, что у вас получится, вы будете внимательными и активными получите хорошее настроение, которым мы будем делиться со всеми.

*Воспитатель:* «Мы с вами сегодня отправимся в путешествие в удивительную страну, которая называется Витаминия.

Витаминия – волшебная страна. И мы туда на волшебном транспорте. А какой волшебный транспорт вы знаете?»

*(Ступа, ковер-самолет, метла, волшебные сапоги-скороходы).*

*Воспитатель:* «Молодцы много знаете волшебного транспорта. Но мы с вами полетим на волшебном ковре самолете.

Основная часть

*Воспитатель:* «Ой, кто это плачет?»

*Музыка Чебурашки («Я был когда-то странной, игрушкой безымянной…»)*

*Воспитатель:* «Где же он спрятался? Давайте его найдем!»

*(дети расходятся по группе, ищут)*

Сидит грустный Чебурашка.

Дети здороваются с Чебурашкой.

Чебурашка здоровается с детьми.

*Воспитатель:* «Чебурашка, а почему ты такой грустный? Давайте пожалеем его. Погладьте ребята Чебурашку.»

*Чебурашка:* «У меня беда случилась, заболел мой любимый друг Гена. Не ест, не пьет, не веселится. Не радует его ни пирожное, ни мороженное. Нет ли у вас, ребята, лекарства от Гениной болезни?

Вы вижу все такие красивые, здоровые и щечки розовые, наверное, секрет какой-то знаете? Поделитесь со мной своим секретом».

*Воспитатель*: «Поделимся, мы как раз собирались в путешествие в страну Витаминию, полетишь с нами? Ребята, усаживайтесь удобнее и приготовьтесь к полету. Расслабьтесь, закройте глаза. Мы летим высоко. Приятно греет солнышко, ветер обдувает наши лица. Мы летим. Я теперь открывайте глаза.

Мы с вами попали в страну Витаминию. Чебурашка садись и внимательно слушай наши секреты. Витамины это такие вещества, которые помогают детям, расти крепкими и здоровыми. И растения и животные сами могут вырабатывать витамины, а вот человек делать не может. Поэтому человек должен получать витамины с пищей. Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах питания, которыми питаются люди. И если ребенок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растет».

*Воспитатель:* У каждого витамина есть свое имя. Хотите познакомиться с ними. (Да)

Ребята, давайте встанем и подойдем к мольбертам.

Это витамин «А». Витамин роста и зрения. Я вам сейчас загадаю загадку. А вы ее отгадаете и узнаете продукт, в котором очень много витамина «А».

*Загадка:*

Растет краса – зеленая коса,
В земле вся рыжая сидит,
Когда жуешь ее хрустит.
*(Морковка )*

*Воспитатель:* « А теперь посмотрите и скажите, где еще находится витамин «А».

*(помидор, вишня, яблоко, облепиха, морковка, персик, абрикос, тыква).*

Молодцы. Чебурашка, а наши дети умеют определять на вкус, фрукты и овощи»

***Игра « Узнай на вкус»***

*(детям предлагается угадывать овощи с закрытыми глазами: помидор, яблоко, морковь)*

*Воспитатель:* «Сегодня, я хотела бы вас познакомить еще с одной группой витаминов – это витамины группы «В». Они очень важны для работы головного мозга и всего организма. Сейчас я загадаю вам загадку, а вы отгадайте и Чебурашка тоже будет вам помогать.

*Загадка:*

В коричневом кафтане,
В земле сижу с друзьями.
Кто лопатой копнет –
Меня найдет.
*(Картошка)*

*Воспитатель:* «молодцы, правильно. В картофеле содержится много витамина «В», а еще этот витамин есть в различных крупах. Посмотрите и скажите, где содержится витамин «В»

*(Горох, гречка, овсянка, сыр, картошка, рыба. Черный хлеб и в грецких орехах).*

*Воспитатель:* «Ой, Чебурашка, А зачем ты перемешал крупу? Ты наверное нечаянно. Но ты не переживай мы тебе сейчас с ребятами все исправим. У нас очень ловкие пальчики и они быстро переберут крупу.

***Игра «Перебери крупу»***

*(дети встают вокруг стола по подгруппам и перебирают смешанную крупу в 2 чашечки)*

*Воспитатель:* «Чебурашка, а еще чтобы быть здоровыми и не болеть. Мы с ребятами знаем специальный точечный массаж, научим Чебурашку? (Да)

**Физкультминутка.**

*«Точечный массаж»*

1. Первая точка на груди,
Массажируй впереди
1,2,3, 1,2,3 –
Кашель будет позади.
2. В ямку пальчики поставим,
Массажировать начнем
1.2,3,  1,2,3 –
Краснуха, ветрянка
К нам не приходи.
3. Пальчики на шею мы поставим,
И сверху вниз,
И сверху вниз –
Будем качаться
Не нужен нам каприз.
4. Чтоб головка не болела
Массажируем мы смело
1,2,3,  1,2,3 –
Все болезни позади.
5. Возле ушка массажируй,
Про болезни позабудь
1,2,3, 4,5 –
Будем слышать мы опять.
6. Волшебные точки
Всем детям известны
Массаж будем делать.
Нам это полезно.

*Воспитатель:* «Ребята  давайте вернемся к нашим витаминам. Я не рассказала вам про очень важную витаминку.

Это витамины группы «С». Эти витамины защищают организм от различных болезней, особенно от простуды и гриппа.

Отгадайте загадку, и узнаете, где содержится витамин «С».

*Загадка:*

В золотой одежке
Ни одной застежки.
Он целитель врач и друг
Лечит он любой недуг.
*(Лук)*

*Воспитатель:* « Витамина «С» очень много во всех овощах, фрукты и ягоды. Посмотрите, и скажите, где находится витамин «С»?

*(Черная смородина, шиповник, лимон, апельсин, чеснок, лук, капуста).*

*Воспитатель:* Чебурашка, а наши дети умеют определять овощи и вкусы не только по вкусу, но и по запаху».

**Игра «Узнай по запаху»**

*(детям предлагаются баночки с запахом лимона, апельсина, чеснока, лука, капусты)*

**Заключительная часть**

*Воспитатель:* «Вот и подходит к концу наше путешествие. В стране Витаминии мы увидели и  узнали много интересного.

С какими витаминами мы сегодня познакомились?

*(С витаминами «А», «В», «С»).*

Какой витамин помогает нам лучше видеть?

*(Витамин «А»)*

Какой витамин помогает нам расти?

*(Витамин «В»)*

Какой витамин борется с простудой и гриппом?

*(Витамин «С»)*

Молодцы.

Чебурашка, ты запомнил, какие витамины полезны и где они содержатся».

*Чебурашка:* « Да запомнил».

*Воспитатель:* « Мы тебе, Чебурашка, дадим советы:

*1 ребенок:*

Помни истину простую
Лучше видят только тот,
Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет.

*2 ребенок:*

От простуды и ангины
Помогают апельсины
Ну а лучше есть лимон
Хоть и очень кислый он.

*Воспитатель:*

Никогда не унывайте
И улыбка на лице,
И конечно принимайте
Витамины «А», «В», «С».

*Воспитатель:* «Молодцы ребята. Хорошие дали советы Чебурашке. Я думаю, если Гена будет, есть витамины, он обязательно выздоровеет. И поэтому мы отправим небольшой гостинец для Гены – корзинка с овощами и фруктами».

*Дарим корзинку с фруктами и овощами.*

Чебурашка прощается, благодарит за помощь детей».

*Воспитатель:* «И нам пора возвращаться в группу садитесь на ковер – самолет и полетим в группу».

*Музыкальное сопровождение.*

Спасибо.