Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

Веселовский центр творчества

«Витамины и овощи »

Рыбалко Нина Антоновна –

педагог дополнительного образования

п. Веселый

2016 г

**Цель:** расширить знания учащихся об овощах.

**Задачи:**

- познакомить с витаминами, раскрыть их значение для человека;

- развивать , умение добывать нужную (доступную) информацию, делать выводы;

- привлечь внимание детей к проблеме здорового питания (овощами и фруктами) и здорового образа жизни;

- воспитывать самостоятельность, инициативность у учащихся.

**Оборудование:** рисунки овощей, поделки из пластелина, набор карточек «Овощи», натуральные образцы «Овощи»,муляжи «Овощи», «Фрукты», раздаточный материал, презентация, использование ИКТ.

Ход занятия

1. Организационный момент. Приветствие.

Здравствуйте, уважаемые гости.

Здравствуйте, дорогие ребята.

1. Основная часть
2. **Проверка знаний и умений воспитанников** (повторениепройденной темы).Прежде чем перейти к новой теме, аговорить мы будем об овощах и фруктах. ( №1) (слайд №)

- Ребята, а давайте с вами вспомним, какие полезные растения мы знаем. Для этого посмотрите на таблицу, и назовите какие овощи и фрукты вы знаете? Но сначала, ответье мне на вопрс:где растут овощи? (на земле, на грядке)

-огурцы, помидоры, перец болгарский, редис ,

- укроп, петрушка, листья салата,

Ребята! Скажите, где растут фрукты? (на плодовых деревьях, некоторые ягоды, созревают на кустарнике)

1. **Знакомство с овощами.**

- Ребята, послушайте отрывок из стихотворения Ю. Тувима:

Хозяйка однажды

с базара пришла,

Хозяйка с базара

Домой принесла:

Картошку, капусту,

Морковку, горох,

Петрушку и свеклу...

- Кто из вас запомнил, что принесла хозяйка? (дети перечисляют овощи.)

- Как всё это назовём? (овощи.) (слайд № 29)

- Отгадайте, какой овощ забыла купить хозяйка?

**(**морковка, огурец, помидор, капуста, свекла, картошка**, редиска)**

А теперь отгадайте загадки с грядки:

**2).Загадки. (слайд №31-37)**

Красный вкусный, хоть не сладкий.  
Зреет на обычной грядке,  
Но, как в сказке, с давних пор  
Все зовут его: «Синьор»!.........

Никогда он не грустит,  
А хрустит, хрустит, хрустит.  
Хочешь, так подай на стол,   
Хочешь, брось его в рассол………..

Закутан ребенок

В сто пеленок……….

Огурца я пополней.  
 Вам не буду, детки, врать я:  
 Мы - двоюродные братья.  
 Только он - малыш, сморчок,  
 Я же – ладный …………….

Он бывает, дети, разный

Желтый, травяной и красный.

То он жгучий, то он сладкий,

Надо знать его повадки.

А на кухне – глава специй!

Угадали? Это……………….

Он растёт на огороде,   
 Ягодой слывёт в природе  
 Синенький блестящий пан   
 Тонкошкурый **………………**

Он кусает. Только вот,  
Есть зубок! Но, где же рот?!  
Белый носит сюртучок.  
Это, верно………………..

Пришел барин с грядки,

Весь в заплатках,

Кто ни взглянет,

Всяк заплачет………….

В землю спряталась Девица.  
Из земли торчит косица.  
Выдерну я ловко  
Красную …………..

И зелен, и густ  
 На грядке вырос куст.  
 Покопай немножко:  
 Под кустом...........

С виду — красная,   
Раскусишь — белая. ……….

Раскололся тесный домик  
На две половинки.  
И посыпались оттуда  
Бусинки-дробинки…………..

**Дидактическая игра «Сварим суп».**

Ребятам предлагаются картинки овощей, муляжи овощей, натуральные образцы и поварские колпаки.

Каждая команда(3 чел) отбирает овощи для приготовления своего супа. Надо сказать название супа, из каких овощей и как его приготовили. А пока наши поварята варят суп, кто мне скажет:

-Прежде, чем варить суп, что надо сделать с этими овощами? Помыть. -Ребята, а кто любит есть овощи и фрукты? Дети отвечают. -А теперь ответьте мне почему надо есть много овощей и фруктов? Они полезные, в них много витаминов.

**10).Витамины**. (слайд№49-50)

-Давайте познакомимся с братьями -витаминами!

На табличке нарисованы 3 витамина(красный, желтый и зелёный)

-В красной одежде- витамин А. Рассмотрите какие овощи и фрукты

находятся рядом с витамином А (морковь, капуста, помидоры…)

Чтобы хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы надо

есть продукты в которых есть витамин А.

-Какие продукты содержат витамин В? (Свёкла, яблоки, репа…)

Чтобы быть сильным, иметь хороший аппетит, не огорчаться и не

плакать по пустякам надо есть продукты в которых есть витамин В.

-Какие фрукты и овощи находятся рядом с витамином С.

(смородина, лимон, лук…)

А витамин С нужен для того, чтобы реже простужаться, быстрее выздоравливать после болезни, быть бодрым.

 -А если употреблять в пищу только какие- нибудь одни витамины ,можно оставаться здоровым или нет? (нет)

Вывод: Надо есть все овощи и фрукты, потому что в них разные витамины. Самостоятельная работа. Задание №1 Разложи при помощи стрелок овощи и фрукты в соответствующие корзинки. ЗАДАНИЕ №2 Контуры каких фруктов ты здесь видишь? Обведи и сосчитай.  **Итог занятия.**

- Наше занятие подошло к концу. Я, думаю, что вы сегодня много нового узнали на занятии?

- Спасибо за хорошую работу. Вы меня сегодня приятно удивили своими знаниями.

### И в конце нашего занятия ,я хочу, чтобы вы оценили свое настроение смайликами. Перед вами смайлики. Выберите, если вам понравилось - весёлый смайлик, если нет- грустный.