Муниципальное Бюджетное дошкольное образовательное учреждение д/с№52

Конспект НОД

в подготовительной группе

№6 «Котенок»

«Путешествие в страну Витаминию»

Подготовила:

воспитатель: Погосян Г.Э.

Ставрополь 2019

**Тема**: "Путешествие в страну Витаминию".

**Дата проведения**: 13.02.2019

**Группа**: подготовительная

**Возраст**: 6-7 лет

**Оборудование для воспитателя**: мультимедийное оборудование, магнитофон, письмо из Простоквашино, Кока-кола, чипсы, молоко, куриное яйцо, стаканчики, тарелки, ложки для проведения эксперимента, халат, перчатки, шапочка.

**Оборудование для детей**: Лист бумаги с изображением продуктов питания, зеленый и красный маркер, «корзина для витаминных продуктов» - основа аппликации, заготовки цветной бумаги с нарисованным контуром овощей и фруктов, клей, ножницы, салфетка, дощечка для труда. Халаты, шапочки, перчатки для проведения эксперимента.

**Образовательная область**: познавательное развитие.

**Интеграция образовательных областей**: речевое развитие, физическое развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Цель**: Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье, микробы.

**Задачи:**

-закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов в жизни человека;

- закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания, значении витаминов для здоровья человека;

- закреплять представления о режиме дня и о необходимости соблюдать режим дня для сохранения здоровья;

-развивать у детей способность активного общения с взрослым, с интересом отвечать на его вопросы, совместно решать проблемные ситуации;

- развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь; развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность;

-вызвать у детей интерес к здоровому образу жизни;

-воспитывать чувства дружбы, заботы друг о друге, доброжелательности, вежливость;

-воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни;

-воспитывать чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

**Методы проведения**: наглядный, словесный, игровой.

**Предварительная работа**: просмотр иллюстраций на тему «Мое здоровье — мое богатство», «Витамины наши друзья», чтение художественной литературы «Мойдодыр», «Федорино горе» К. Чуковского, беседы «Что такое здоровье?», «Где живут витамины?», «Откуда берутся микробы?»

**Планируемые результаты**: полученные ребенком знания и представления о своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья; приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни; разнообразные, увлекательные, совместные занятия вместе с детьми, обеспечивают двигательную активность детей, способствуют их эмоциональному подъему.

Ход занятия:

Ребята, давайте улыбаться друг другу, нашим гостям. И пусть хорошее настроение не покидает нас целый день.

Придумано кем-то

Просто и мудро

При встрече здороваться-

Здравствуйте!

Солнцу и птицам!

Здравствуйте!

Приветливым лицам!

И каждый становится

Добрым, доверчивым,

И хорошее настроение длится до вечера.

-Здравствуйте - это волшебное слово, которым мы приветствуем друг друга и желаем здоровья.

-А как вы понимаете, что значит быть здоровым? (Ответы детей).

Верно, это когда не болеешь, растешь, когда хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и многое можешь сделать.

-А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить себе здоровье? Есть такая поговорка:

«Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

-Так как же можно укрепить свое здоровье? Как вы думаете? (Ответы детей).

Закаляться, делать зарядку, купаться в море, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, делать точечный массаж.

- А что мы с вами делаем в детском саду, для того, чтобы быть здоровыми и не болеть? (Ответы детей).

- Да, мы каждое утро делаем зарядку, гуляем на свежем воздухе, повара на кухне готовят нам вкусную здоровую пищу и полезные чаи с лимоном, когда мы выходим из комнаты, Марина Сергеевна открывает окна и двери, проветривает помещение, чтобы воздух был чистым.

Стук в дверь.

-Кто же это может быть? Сейчас посмотрю.

- Ребята, нам принесли письмо из Простоквашино от кота Матроскина и Шарика. У них случилась беда. Заболел Дядя Фёдор.

А вот что пишут Матроскин и Шарик.

Письмо:

"Здравствуйте, дорогие ребятишки, девчонки и мальчишки. Решили обратиться к вам с просьбой. Может быть, вы сможете нам помочь. Случилась беда. Заболел Дядя Фёдор. Не ест, не пьёт, песенки не поёт. Не радует его ни мороженое, ни пирожное. Не знаем, чем его лечить. А вы все такие красивые, здоровенькие, и щёчки у вас розовенькие. Наверное, секрет какой-то знаете. Поделитесь с нами, как Дядю Фёдора вылечить. Только просим помочь быстрее, а то ему совсем плохо".

- Да, грустная история. Ребята, как вы считаете, сможем мы помочь вылечить Дядю Фёдора?

(выслушать ответы детей)

- Ребята нам всем нужно очень постараться, чтобы помочь Дяде Фёдору. Сейчас мы с вами отправимся в путешествие в удивительную страну, которая называется Витаминия. Если вы друзья Дяди Фёдора и хотите ему помочь, будьте очень внимательными, постарайтесь побольше узнать и запомнить, эти знания пригодятся вам, чтобы помочь вылечить Дядю Фёдора.

-На чем же мы попадем в страну Витаминия. (ответы детей)

-Витаминия – волшебная страна и я предлагаю вам полететь туда на волшебном ковре самолете. Все согласны?

(музыка для релакса)

– Ребята, усаживайтесь удобнее и приготовьтесь к полету. Расслабьтесь, закройте глаза. Мы летим высоко. Приятно греет солнышко, ветер обдувает наши лица. Мы летим. А теперь открывайте глаза.

- Мы с вами попали в страну Витаминию (воспитатель обращает внимание на волшебный экран, где изображена страна Витаминия) Куда же нам идти? Вот я вижу стрелка, это наверное подсказка, сейчас проверим. Верно это подсказка и здесь же для нас игра задание.

-Вот вы говорили, что для здоровья необходимо правильно питаться. А что это значит? Какие продукты питания полезны, а какие нет? Выяснить это нам поможет игра.

Дидактическая игра «Полезно или нет»

На большом листе бумаги (доске) изображены различные продукты питания:

(овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, яйца, черный хлеб и т. п.). Дети обводят зеленым фломастером то, что полезно, а красным - вредно.

-Ребята, почему нельзя есть чипсы и прочую вредную еду, почему сладости нужно есть умеренно? Давайте проведем эксперимент и узнаем почему нельзя употреблять вредные продукты.

Эксперимент:

чипсы и кола

чипсы и белая бумага

кола и гвоздь

кола и чупа - чупс.

-Я думаю, что вы все поняли, почему нельзя употреблять колу и чипсы.

-Ребята, а вот и следующая стрелка.

На столе 4 домика с названиями A, B, C, D; и картинки: морковь, молоко, капуста, редиска, чеснок, лимон, апельсин, рыба, творог, конфеты, чипсы, пирожное, помидор, хлеб, яблоко.

-Ребята вы что-нибудь слышали о витаминах?

-Какие названия витаминов вы знаете? (ответы детей)

-Где живут витамины? (ответы детей)

- Ребята, а для чего нужны витамины? (Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье).

-Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.

Витамин А – морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения и роста.

Витамин В-мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С – цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д – солнце, рыбий жир (для косточек).

Помни истину простую –

Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую

Или сок черничный пьет.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.

-Для чего необходим витамин А? (ответы детей)

-В? (ответы детей)

-С? (ответы детей)

-D? (ответы детей)

-Наверное, дядя Федор не знает, как правильно питаться и поэтому заболел. Давайте поможем ему расселим продукты в домики. В домик А расселяем продукты где есть витамин А. В домик В-витамины В, в домик С-витамины С, в домик D- витамины D.

Дети расселяют продукты в домики.

-Почему конфеты, чипсы, пирожное никуда не поселили?(ответы детей)

-Продукты бывают вкусные и полезные. Витамины делают продукты полезными. От полезных продуктов у человека прибавляется здоровье.

-Молодцы! А теперь, я предлагаю вам сделать вкусный и очень полезный фруктовый шашлычок. На эти деревянные палочки (показ) мы нанизываем вот эти нарезанные кусочками фрукты (показ). Но прежде чем приступить к изготовлению шашлычка и к еде, что необходимо сделать? (Ответы детей).

-А зачем нам мыть руки?(Ответы детей).

-А кто такие микробы?(Ответы детей).

Микроб — ужасно вредное животное:  
Коварное и, главное, щекотное.  
Такое вот животное в живот  
Залезет — и спокойно там живёт.  
  
Залезет, шалопай, и где захочется  
Гуляет по больному и щекочется.  
Он горд, что столько от него хлопот:  
И насморк, и чихание, и пот.

- Конечно, Мыть руки после прогулки, туалета, общения с животными, перед едой, чтобы микробы с наших немытых рук не попали на пищу, а оттуда к нам в организм.

(Дети и воспитатель идут мыть руки).

Приготовление фруктового шашлычка.

В процессе приготовления воспитатель оказывает помощь детям, испытывающим затруднения, задает вопросы. Какой из этих фруктов твой любимый? Сейчас ты нанизываешь, какой фрукт? По окончании работы воспитатель предлагает детям угостить гостей фруктовым шашлычком, чтобы гости всегда были здоровыми и не болели.

-Ребята, вы, наверное, устали давайте отдохнём.

Физминутка (Речь с движением)

Раз, два, три, четыре, пять – тело будем изучать! (дети шагают по кругу, останавливаются)

Вот спина, а вот животик (показывают обеими руками спину, затем живот),

Ножки (топают ножками),

Ручки (протягивают руки вперед и вращают кистями),

Глазки (указательными пальцами обеих рук показывают глаза),

Ротик (указательным пальцем правой руки показывают на рот),

Носик (указательным пальцем правой руки показывают на нос),

Ушки (указательными пальцами обеих рук показывают на уши),

Голова (кладут руки на голову),

Покачать успел едва (качают головой из стороны в сторону),

Шея крутит головой (обхватили шею ладонями),

Ох, устала ой-ой-ой!

Лоб (пальцами обеих рук гладят лоб от середины к вискам),

И брови (указательными пальцами проводят по бровям от середины к вискам),

Вот реснички (указательными пальцами показывают реснички),

Запорхали, словно птички (дети моргают глазами),

Розовые щечки (ладонями гладят щеки в направлении от носа к ушам),

Подбородок кочкой (заканчивают начатое движение на подбородке),

Волосы густые (пальцами обеих рук, как гребнем расчесывают волосы),

Как травы луговые.

Плечи (дотрагиваются правой кистью до правого плеча, а левой до левого),

Локти (не убирая рук с плеч, выставляют вперед локти),

И колени (слегка наклоняются и хлопают по коленям),

У меня, Сережи, Лены (выпрямляются и разводят руки в стороны, жестом показывая на других детей).

- Молодцы. Ребята, а вы умеете определять на вкус, фрукты и овощи. (Ответы детей).

Игра « Узнай на вкус»

Детям предлагается угадывать овощи с закрытыми глазами: помидор, яблоко, морковь.

Вот еще одна стрелочка. Куда она нас приведет и, что нас там ждет?

Игра «Совершенно верно!»

Воспитатель зачитывает четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, дети все вместе говорят: «Правильно, правильно, совершенно верно!» А если о том, что для здоровья вредно, дети молчат.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить

Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4. Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов.

И Сереже и Ирине всем полезны витамины.

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти.

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

Молодцы, вы все справились с заданием.

- Вот и подходит к концу наше путешествие, нам пора возвращаться в группу садитесь на ковер – самолет и полетим в группу».

Музыкальное сопровождение.

- Ребята, вот мы и прилетели. В стране Витаминия мы увидели и узнали много интересного. Только как же нам написать ответ Матроскину и Шарику? Предлагаю отправить в Простоквашино витаминную корзину с овощами и фруктами, которую мы сделаем сами.

Вырезание из заготовок различных овощей и фруктов.

- Вырезаем чётко по контуру. Наклеивание на основу по очереди.

Дети называют, что «кладут» в корзину, определяя, овощ это или фрукт.

- Смотрите, здесь ещё одна стрелка, посмотрим, что здесь приготовлено для нас. Ребята, а здесь подарки из Простоквашино.

Рефлексия

- Что вам понравилось?

- Что больше всего запомнилось?

- Было ли трудно выполнять задания?

- Какое задание было самое легкое?

- С какими витаминами мы сегодня познакомились?

(С витаминами А, В, С, D).

- Какой витамин помогает нам лучше видеть?(Витамин «А»)

- Какой витамин помогает нам расти?(Витамин «В»)

- Что может помочь Дяде Федору?

(воспитатель записывает ответы детей в письме)

- Молодцы, ребята! Вы дали много правильных советов. Я думаю, что ваши эти советы помогут Матроскину и Шарику вылечить Дядю Федора.