«Витамины для Зайки»

Цель: Формировать у детей младшего возраста потребность к здоровому образу жизни.

Программные задачи:

Образовательные:

- познакомить детей с понятием «витамины», с тем, какую пользу они приносят людям.

- познакомить детей с понятием «витамины», с тем, какую пользу они приносят людям.

Развивающие:

развивать внимание, мышление, воображение; активный и пассивный словарь.

- закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах.

- развивать мелкую моторику пальцев.

Воспитательные:

- воспитывать желание заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих.

Предварительная работа: загадывание загадок об овощах и фруктах, рассматривание иллюстраций с их изображением. Раскрашивание овощей и фруктов. Д/игра «Найди полезный продукт», «Чего не стало».

Материал и оборудование: игрушка зайчик, слайды «овощи», муляжи фруктов; ширма для кукольного театра.

**Ход занятия:**

Дети сидят за столами.

**Алиса:** Ребята сегодня Мы отправимся в гости к витаминам. Вы согласны?

Дети: Да.

**Алиса**: Ой, ребята, кто-то плачет, пойду - посмотрю. (Входит с зайцем за руку). Ребята, да это же заяц плакал.

- Что с тобой, зайка, зайка-попрыгайка?

**Заяц – Лера**: Здравствуйте, девочки. Здравствуйте, мальчики. (Дети здороваются).

Зубки у меня болят,

Глазки плохо видят,

Ножки у меня не ходят,

Силушки уходят.

**Алиса.** Да ты наверно витамины не ел.

**Заяц- Лера**. Витамины – это что? Где я их возьму?

**Алиса**-. Ребята, давайте сядем и расскажем зайчику, что такое витамины и где они находятся.

**Алиса**: Витамины - делают наш организм крепким и здоровым. Они бывают в таблетках, разного цвета и формы. (Показывает детям витамины). И сейчас я угощу вас витаминами, которые называются аскорбиновая кислота или витамин «С», он не позволит вам заболеть никакой простудой.

Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках и на грядках. Много витаминов содержится в ягодах, фруктах и овощах, зелени.

**Вова**: Давайте вспомним с вами, какие овощи вы знаете? Сейчас я загадаю вам загадки, а вы их отгадаете.

ИКТ: Каждый ответ сопровождается показом слайдом с изображением овощей.

**Вова:** Раскололся толстый домик на две половинки,

И посыпались в ладони бусинки – дробинки. (Горох)

Загадки с грядки

Листья собраны в кочан

В огороде у сельчан.

Без нее во щах не густо.

Как зовут ее? (Капуста)

Под землей живут семейки,

Поливаем их из лейки.

И Полину, и Антошку

Позовем копать. (картошку)

Он на грядке вырастает,

Никого не обижает.

Ну, а плачут все вокруг,

Потому что чистят. (лук)

Голова, а сверху ус.

Нет, не сладок он на вкус.

Прибежали со всех ног

Мы к обеду рвать. (чеснок)

На арбуз похожая —

Тоже толстокожая.

К платью желтому привыкла,

Греется на солнце. (тыква)

Этот овощ тыкве брат —

Тоже с виду толстоват.

Лег под листик на бочок

Между грядок. (кабачок)

Эти крепкие ребятки

В листьях прячутся на грядке.

Лежебоки-близнецы

Зеленеют. (огурцы)

Он в теплице летом жил,

С жарким солнышком дружил.

С ним веселье и задор

Его зовут все (помидор)

**Вова** ставит на стол муляжи овощей.

**Вова:** Как, одним словом назвать эти продукты?

Дети: Овощи.

**Алиса**- . Теперь ты понял, заяц, что овощи тоже полезны в них много витаминов. Ребята, как называется салат из моркови? (морковный) Давайте его приготовим.

Пальчиковая игра «Салат из моркови»

Мы морковку чистим, чистим (Дети стоя выполняют пальчиковую игру.)

Мы морковку трём, трём. (Скользящие движения ладонью о ладонь.)

Сахарком её посыплем (Показывают как «посыпают сахаром», собирая пальцы правой руки вместе)

И сметаною польём. (Поливают сметаною, складывая пальцы в кулак)

Вот такой у нас салат, (Вытягивают руки вперёд.)

витаминами богат".

А как вы думаете, где еще, кроме овощей есть витамины? Во фруктах!

**Вова** ставит на стол тарелку с муляжами фруктов.

Верно! А сейчас мы поиграем в игру

Дидактическая игра «Чудесный мешочек».

Так что было в мешочке? (ответы детей)

Спелые, сочные, разноцветные,

На деревьях всем заметные!

Самые полезные,

А зовутся - (Фрукты)

**Алиса**: У меня на тарелочке тоже есть фрукт, попробуйте его на вкус угадать? Только сначала зайчику дадим попробовать. Угощайся, зайчик, пожалуйста (зайчик пробует, причмокивает).

**Алиса**- : Угадал, зайчик, что это за фрукт? (зайчик качает головой). Пусть теперь ребята попробуют угадать. Закрывайте глаза, открывайте ротик (воспитатель - даёт детям по кусочку яблока). Догадались, что это за фрукт? Ответы детей: яблоко!

**Алиса** показывает детям баночку с витаминами.

Что в этой баночке, как вы думаете, ребята?

Ответы детей…

Да их же тут совсем мало? (показывает детям или высыпает на тарелочку). Может, мы нарисуем витамины?

Дети соглашаются, Алиса предлагает подойти к столам.

**Вова-** : Посмотрите, на столах есть баночки. На них и будем рисовать витамины ватными палочками.

**Вова**: Возьмите ватную палочку. Попробуем сначала без краски нарисовать витамины. А теперь обмакните ватную палочку в краску - и рисуйте витамины!

Во время работы можно спросить у детей- какого цвета витамины? Какой они формы? Напомнить, что витамины надо рисовать по всей баночке, их должно быть много.

**Вова-** : Возьмите баночки, отнесите их зайчику!

Дети располагают рисунки на столе перед зайчиком.

Подвижная игра «Зайка беленький сидит».

Зайка беленький сидит

Он ушами шевелит

Вот так, вот так

Он ушами шевелит

(присаживаются на корточки и, прижав руки к ушам, шевелят ими.)

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть

Хлоп, хлоп, хлоп (хлопают в ладоши.)

Надо лапочки погреть

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать

Скок, скок, скок (прыгают на двух ногах на месте)

Надо зайке поскакать

Кто – то зайку испугал

Зайка прыг… и убежал.

- показывает игрушку лисичку - и дети убегают на свои места, садятся на стульчики.

**Лера** - : Молодцы, ребята, сколько много у меня баночек с витаминами! Я буду каждый день принимать витамины и не буду болеть. Дети: Досвидания.!