

Конспект НОД во второй младшей группе по формированию ЗОЖ и знаний об овощах и фруктах «Витамины полезны для здоровья»

Цель: формирование навыков здорового образа жизни, интереса к знаниям об овощах и фруктах.

Задачи:

- Формировать у детей представления о здоровом образе жизни.
- Формировать у детей элементарные представления о садовых и огородных растениях.
- Развивать умение употреблять в речи названия овощей и фруктов, понимать обобщающее слово «овощи» и «фрукты».
- Развивать логическое мышление при отгадывании загадок.
- Формировать представление об овощах и фруктах, как витаминах, полезных для здоровья человека.

Предварительная работа: Беседы об овощах и фруктах - полезных продуктах. Рассматривание иллюстраций, муляжей; чтение загадок, разучивание стихов; дидактические игры.

Материалы и оборудование: иллюстрации с изображением огорода, фруктового сада ; силуэты овощей - помидор, огурец, морковь, лук, капуста; муляжи – яблоко, вишня, груша, слива

Ход занятия.

Воспитатель:

-Посмотрите сколько у нас сегодня гостей. Давайте с ними поздороваемся.

-А теперь давайте поздороваемся друг с другом.

"Собрались все дети в круг.

Я - твой друг и ты - мой друг.

Крепко за руки возьмёмся,



И друг другу улыбнёмся"

-Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо!

Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же чаще дарить друг другу улыбки.

Слышится плач.

Воспитатель. Ой, ребята, кто-то плачет, пойду, посмотрю.(входит заяц)Ребята, да это же заяц плакал.

- Что с тобой, зайка, произошло?

Заяц. Здравствуйте, девочки, мальчики. (Дети здороваются) .

Зубки у меня болят,

Глазки плохо видят,

Ножки у меня не ходят,

Силушки уходят.



Воспитатель. Да ты, наверно, заболел, витамины не ел.

Заяц. Витамины – это что? Где я их возьму?

Воспитатель: Ребята, что же делать Зайке, если он заболел?

Дети: Лечиться; идти в больницу; пить таблетки.

Зайка: Надо мне подлечиться, очень надо! Ребята, сбегайте в аптеку и купите мне много-много всяких таблеток.

Воспитатель: А от чего тебе нужны таблетки?

Зайка: От всего: от горла, от уха, от руки, от ноги, от хвостика и много-много еще разных.

Воспитатель: Мы знаем, Зайка, чем ты заболел! Когда весь организм болеет – значит, он ослаб, и обязательно для поправки нужны таблетки, только не те которые продают в аптеке, а которые растут на ветках и на грядках. Ребята, а что за таблетки растут на ветках?

Дети: Груши, яблоки, сливы и др. (если дети затрудняются, воспитатель подсказывает)

Воспитатель: А какие таблетки растут на грядке?

Дети: Морковка, капуста, помидоры, огурцы и т. д.

Воспитатель: Зайка, наши дети знают, что во всех фруктах и овощах находятся очень полезные... Что?

Дети: Витамины.

Зайка: Ребята, а для чего нужны витамины?

Дети: Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье.

Воспитатель: Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с всякими болезнями. А когда организм здоровый и крепкий, не будет болеть ухо, нога, рука и хвостик.

Зайка: Вот здорово, давайте мне витамины, я буду лечиться.

Воспитатель. Ребята, давайте мы с вами поедem в страну «витаминовую» и возьмем с собой зайку. А на чем мы можем поехать? (Ответы детей) .

Страна «витаминовая» далеко, и поэтому мы поедem на поезде. Садитесь в вагончики и



поехали. Поезд отправляется.

Вот поезд наш едет,

Колеса стучат,

А в поезде нашем

Ребята сидят.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу!

Пыхтит паровоз

Далеко-далеко.

Ребят он повез.

Но вот остановка,

В дороге опять,

Вставайте, ребята,

Пойдемте гулять!

Заяц. Ой, куда мы приехали? (Иллюстрация с изображением огорода) .

Воспитатель. Ребята, что это? (огород).



Ребята, расскажите зайчику, что здесь растет? (ответы детей). Картина огорода с кармашками –прорезями для овощей. Давайте посадим овощи. Я вам буду загадывать загадки, а вы будете находить отгадки и сажать в огород-кармашки.

Как на нашей грядке выросли загадки –

крепкие, зеленые, хороши – соленые (огурец)

Как на нашей грядке выросли загадки-

Сочные да крупные, вот такие круглые.

Летом зеленеют, осенью краснеют (помидор)

А на этой грядке - горькие загадки.

Сидит дед, в шубу одет.

Кто его раздевает,

Тот слезы проливает, (лук)

Как на этой грядке выросли загадки-

Как надела сто рубах-

Захрустела на зубах, (капуста)

А на этой грядке - длинные загадки-

На ощупь – очень гладкая,

На вкус - как сахар сладкая. (морковь).

(Ребенок находит картинку овоща на столе, рассказывает о нем и сажает на огороде).

Воспитатель. Вот все овощи мы и посадили на огороде. Теперь ты понял, заяц, где растут овощи.

Ребята, как называется салат из капусты? (капустный) Давайте его приготовим.

Пальчиковая игра «Салат из капусты»



Мы капусту рубим, рубим,

Мы капусту солим, солим,

Мы капусту жмём, жмём

Мы морковку трём, трём,

Перемешиваем.

В банки плотно набиваем

И в подвалы составляем.

Вот какая вкусная капуста получилась.

Воспитатель. А теперь ребята пойдёмте дальше.

По дорожке мы идем

В сад зеленый мы зайдем.

Что растёт здесь, посмотрите,

И зайчонку расскажите.

Показываю картинку с кармашками- прорезями с изображением фруктового сада.

Воспитатель. Ребята, что это? (фруктовый сад)



Ребята, расскажите зайчику, какие фрукты там растут.

А какие фрукты здесь растут - вы узнаете из загадок. Спрашиваю у детей, где растут фрукты: в земле или на дереве.

Я буду загадывать, а вы будете находить отгадку, и сажать на дерево.

Синий мундир, белая подкладка,

В середине - сладко. (слива)

Красна, вкусна,

Внутри - косточка. (вишня).

Круглое, румяное,

С дерева упало-

Любе в рот попало. (яблоко).

Дети берут отгадки, рассказывают. Как они узнали и вешают на дерево.



Воспитатель: Ну вот зайка ты собрал целую корзинку витаминов, только, посмотрите ребята он все сложил в одну корзину. Давайте ребята поможем зайке разложить овощи в одну корзинку, а фрукты в другую.

Вызывается желающие разложить фрукты и овощи по корзинкам.

Воспитатель: Вот Зайка, мы разложили тебе витамины по корзинкам, теперь можешь их есть



Зайка: Вот здорово, давайте быстрее, я сейчас их все съем.



Воспитатель: Подожди, подожди Зайка, не спеши. Ребята, что забыл сделать Зайка перед едой?

Дети: Помыть овощи, вымыть руки.

Воспитатель: Дети знают, что на грязных овощах, фруктах, руках много микробов и знают как с ними бороться. Ребята, расскажите Зайке стихотворение.

Дети: От простой воды и мыла

У микробов тает сила.

А теперь мы скажем зайке:

Ешьте овощи и фрукты –

Витаминные продукты,

Каждый день и круглый год.

И тогда простуда злая

Стороной вас обойдет.

Заяц. Спасибо, ребятки, теперь я все знаю про овощи и фрукты. В лес побегу, своим друзьям расскажу. (Прощается)