

Конспект НОД по образовательной области «Познавательное развитие»

Средняя группа (4-5 лет)

Тема : Путешествие за витаминами.

Цель: Уточнение представлений о пользе овощей и фруктов. Помощь детям в осознании взаимосвязи между употреблением витаминов и их действием на организм.

Задачи :

- познакомить детей с витаминами А, В, С; рассказать в каких продуктах они содержатся, какую роль играют для здоровья человека;
- формировать начальные представления о закономерности «здоровое питание - здоровый образ жизни»;
- закреплять умение разгадывать загадки об овощах и фруктах;
- активизировать словарь детей (витамины, овощной сок, фруктовый сок, плод);
- формировать представление о том, что каждый плод содержит сок, что от сока во многом зависят цвет и вкус плода;
- создавать благоприятный эмоциональный фон.

Оборудование и материалы: изображения овощей и фруктов, продуктов (мяса, рыбы, масла, сыра, хлеба, яиц), фонограмма песни «Урожай» (муз. А .Филиппенко, сл. Т. Волгиной), муляжи овощей и фруктов ,две корзины.

Ход занятия

Воспитатель. Дети, сегодня мы с вами отправляемся в путешествие в необыкновенный город, который называется Витаминный. Как вы поняли из названия, в этом городе живут витамины. У них, как и у вас, есть имена. Зовут их А, В, С. Они живут в домиках. Домиками для них являются разные продукты, которые мы с вами едим. Посмотрите на эти картинки и назовите продукты, которые здесь изображены.

Дети. Мясо, рыба, масло, сыр, хлеб, яйца.

Воспитатель. Во всех перечисленных продуктах «живут» витамины А, В, С. Поэтому все продукты очень важны и полезны для здоровья человека. Но больше всего витаминов в овощах и фруктах. Давайте поближе познакомимся с ними. Посмотрите, в красной одежде нас встречает витамин А (показываю картинку).

Витамин А. Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен я – витамин А. Меня еще зовут витамином роста.

Воспитатель. В каких же овощах и фруктах содержится этот полезный витамин? Отгадайте мои загадки и узнаете.

Воспитатель загадывает загадки, дети отгадывают, воспитатель показывает картинки с изображением отгадок: моркови, капусты, тыквы, помидора, апельсина, мандарина.

Воспитатель. Нас встречает следующий витамин-В. Он в синей одежде. (показываю картинку.)

Витамин В. Если вы хотите быть сильными и иметь хороший аппетит, не хотите огорчаться и плакать по пустякам, быть всегда в хорошем настроении, вам нужен я – витамин В.

Воспитатель загадывает загадки, дети отгадывают, воспитатель показывает картинки с изображениями отгадок: свеклы, яблок, груш, бананов, редиса.

Воспитатель. Вот еще один полезный витамин-С. Он одет в зеленую одежду.

Витамин С. Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать, вам нужен я – витамин С. Меня называют витамином здоровья.

Воспитатель. В каких же овощах и фруктах встречается этот витамин?

Воспитатель загадывает загадки, дети отгадывают, воспитатель показывает картинки с изображениями отгадок: лимона, лука, ананаса, смородины, огурца, салата.

Воспитатель. Итак, ребята, что нужно каждому человеку, чтобы хорошо расти, быть сильным и крепким, не болеть, иметь здоровые зубы, быстрее выздоравливать?

(Ответы детей.)

А сейчас мы сядем в машину и поедем к бабушке в деревню, где в саду и на огороде растут фрукты и овощи. Поможем бабушке убрать урожай. (Звучит песня «Урожай»)

Дидактическая игра «Разложи овощи и фрукты в корзины» (мальчики соревнуются с девочками).

Воспитатель. Молодцы ребята! Хорошо помогли бабушке в огороде. А как вы думаете, в овощах и фруктах есть сок? Какого он цвета? А вкус у него есть? Как мы можем этот сок попробовать? (Рассуждения детей.)

Воспитатель предлагает выдавить сок из помидор и моркови с помощью рук.

Делают вывод: помидор - мягкий, сок выдавливается легко, имеет красный цвет; морковь – твердая, сок не выдавливается.

Воспитатель. Как можно получить сок из моркови? (Ответы детей.)

С помощью ручной соковыжималки воспитатель получает сок из моркови. Дети рассматривают цвет сока, нюхают его, пробуют. **Делают вывод:** сок ароматный , вкусный и полезный .

Воспитатель. Мы сегодня узнали много нового о пользе овощей и фруктов. Теперь вы знаете что нужно делать, чтобы никогда не заболеть, и у вас будет всегда прекрасное настроение.