

Конспект познавательного занятия в средней группе №3

Тема: "Витамины и их значение в жизни человека"

провела: Сазанова Т.И.

Конспект познавательной деятельности в детском саду.

Тема: "Витамины и их значение в жизни человека"

Цель: Познакомить детей с понятием « витамины» и с витаминами А, В,С,сформировать у детей представление о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

Развивать обонятельные и вкусовые анализаторы.

Развивать мелкую моторику рук.

Упражнять в разгадывание загадок.

Воспитывать у детей чувство сопереживания желание прийти на помощь.

Оборудование:

- Игрушка Чебурашка;
- Мольберт с изображением витаминов А, В, С;
- Фрукты: яблоко, лимон, апельсин, персик, абрикос;
- Овощи: помидор, морковь, лук, чеснок, капуста, картошка;
- Овощи, фрукты нарезанные на кубики;
- Крупа в двух больших чашках: горох - гречка, фасоль - рис;
- Аромолампа с маслом мяты;
- Муляжи фруктов и овощей в корзиночке;
- Магнитофон, кассета с аудиозаписью песни «Чебурашка», «Классика для малышей»

Ход занятия

Воспитатель: посмотрите ребята, сколько гостей пришло к нам в гости. Поздоровайтесь. Я очень рада видеть вас всех сегодня такими красивыми, здоровыми. Скажите, с каким настроением пришли на занятие.

(Хорошее, веселое, улыбчивое, задорное, доброе).

Поделитесь своим хорошим настроением друг с другом, улыбнитесь друг другу.

Сегодня вас ждет много увлекательных игр и вы узнаете много интересного.

Воспитатель: « Мы сегодня отправимся в путешествие в удивительную страну, которая называется Витаминия. Витаминия – волшебная страна. И мы туда на волшебном транспорте. А какой волшебный транспорт вы знаете?»

(Ступа, ковер-самолет, метла, волшебные сапоги-скороходы).

Воспитатель: «Итак ребята мы отправляемся в путешествие нба ковре-самолете.»

Воспитатель: «Ой, кто это плачет?»

Музыка Чебурашки

Воспитатель: «Где же он спрятался? Давайте его найдем!»

(дети расходятся по группе, ищут)

Сидит грустный Чебурашка.

Дети здороваются с Чебурашкой.

Воспитатель: «Чебурашка, а почему ты такой грустный? Давайте пожалеем его.»

Гладим его.

Чебурашка: «У меня беда случилась, заболел мой лучший друг Гена. Не ест, не пьет, не веселится. Ни радуется ни пирожное, ни мороженное. Нет ли у вас, ребята, лекарства от Гениной болезни?»

Я вижу все такие красивые, здоровые, щечки розовые, наверное, секрет какой-то есть, поделитесь со мной».

Воспитатель: «Поделимся, как раз мы собирались в путешествие в страну Витаминию, полетишь с нами? 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. Чебурашка садись и внимательно слушай наши секреты. Витамины это такие вещества, которые помогают детям, расти крепкими и здоровыми. Человек получает витамины с пищей. Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах питания, которыми питается человек. И если ребенок мало получает витаминов,

то он часто болеет, теряет аппетит и плохо растет. Ребята, у витамин как и у нас с вами есть свои имена. Сейчас мы с вами с ними познакомимся.

Это витамин «А» (красного цвета). Витамин роста и зрения. Я вам сейчас загадаю загадку и узнаете продукт, где много находится витамина «А».

Растет краса – зеленая коса,
В земле вся рыжая сидит,
Когда жуешь ее хрустит.

(Морковь)

А теперь посмотрите в каких продуктах находится витамин « А».

(помидор, вишня, яблоко, облепиха, морковка, персик, абрикос, тыква).

Чебурашка, а наши дети умеют определять на вкус, фрукты и овощи»

Игра « Узнай на вкус»

Об этом витамине расскажет на м Лера:

«Если вы хотите хорошо расти, хорошо
видеть и иметь крепкие зубы,
Вам нужен Я – Витамин «А»
Меня еще зовут витамином роста»

А сейчас я хочу познакомить вас с другим Витамином «В»

Загадываю загадку.

«В коричневом кафтане,
В земле сижу с друзьями.
Кто лопатой копнет –
Меня найдет.»

(Картошка)

В картофеле содержится много витамина «В». А еще этот витамин есть в различных крупах. *(Горох, гречка, картошка, рыба, черный хлеб, грецкий орех).*

« Ой, Чебурашка, А зачем ты перемешал крупу? Ты наверное нечаянно. Ну ты не переживай, мы сейчас с ребятами все исправим. У нас очень ловкие пальчики и

они быстро переберут крупу.

Игра «Перебери крупу»

«А еще Чебурашка, чтобы не болеть и быть здоровыми, мы знаем специальный точечный массаж, научим Чебурашку.

Физкультминутка.

« Точечный массаж»

1. Первая точка на груди,

Массажируй впереди

1,2,3, 1,2,3 –

Кашель будет позади.

2. В ямку пальчики поставим,

Массажировать начнем

1,2,3, 1,2,3 –

Краснуха, ветрянка

К нам не приходи.

3. Пальчики на шею мы поставим,

И сверху вниз,

И сверху вниз –

Будем качаться

Не нужен нам каприз.

4. Чтоб головка не болела

Массажируем мы смело

1,2,3, 1,2,3 –

Все болезни позади.

5. Возле ушка массируй,

Про болезни позабудь

1,2,3, 4,5 –

Будем слышать мы опять.

6. Волшебные точки

Всем детям известны
Массаж будем делать.
Нам это полезно.

Ребята давайте вернемся к нашим витаминам, я вам сейчас расскажу про очень важную витамин. Это витамин «С». Эти витамины защищают нас от различных болезней, особенно от простуды и гриппа.

Отгадайте загадку, и узнаете, где содержится витамин «С».

Загадка:

В золотой одежке
Ни одной застежки.
Он целитель врач и друг
Лечит он любой недуг.

(Лук)

Воспитатель: « Витамин «С» очень много во всех овощах и фруктах.
Посмотрите, и скажите, где находится витамин «С» ?

(Черная смородина, лимон, апельсин, чеснок, лук, капуста).

Воспитатель: Чебурашка, а наши дети умеют определять овощи и фрукты не только по вкусу, но и по запаху».

Игра « Узнай по запаху»

(детям предлагаются баночки с запахом лимона, апельсина, чеснока, лука, капусты)

Заключительная часть

Воспитатель: « Вот и подходит к концу наше путешествие. В стране Витаминии мы увидели и узнали много интересного.

С какими витаминами мы сегодня познакомились?

(С витаминами «А», «В», «С»).

1.Какой витамин помогает нам лучше видеть?

(Витамин «А»)

2.Какой витамин помогает нам расти?

(Витамин «В»)

3.Какой витамин борется с простудой и гриппом?

(Витамин «С»)

Молодцы.

Чебурашка, ты запомнил, какие витамины полезны и где они содержатся».

Чебурашка: « Да запомнил».

« Мы тебе дадим советы:

- 1) Помни истину простую
Лучше видят только тот,
Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет.

- 2) От простуды и ангины
Помогают апельсины
Ну а лучше есть лимон
Хоть и очень кислый он.

- 3) Никогда не унывайте
И улыбка на лице,
И конечно принимайте
Витамины «А», «В», «С».

Воспитатель: « Молодцы ребята. Хорошие советы дали Чебурашке. Я думаю если Гена будет есть витамины, он обязательно выздоровеет. И поэтому мы отправляем ему корзинку с овощами и фруктами».

Рефлексия: ребята пойдите к столу, выберите себе витамин, если вам занятие понравилось

И теперь нам пора садиться на ковер – самолет и возвращаться в группу

Музыкальное сопровождение.

Спасибо.