**МКДОУ детский сад №19-Центр Развития Ребенка**

**ТЕМА:**

***«Витаминная корзина»***

***Занятие кружка «Фантазеры» в средней возрастной группе***

***Воспитатель: Малюкова***

***Галина Юрьевна***

***Г. Россошь***

***Цель:***

1. ***Развитие познавательной деятельности, расширение детского кругозора, активация мыслительной деятельности,***

***систематизация знаний и умений, упорядочение накопленного***

***опыта и знаний.***

1. ***Воспитание культуры поведения в работе, в общении,***

***умения выбирать наилучший способ работы из нескольких***

***возможных, закреплять знание цветов, подбор цветовой***

***палитры , умение оценивать свою работу.***

1. ***Создавать положительный настрой, радостное настроение, тактичность в поведении по отношению к другим, развивать аккуратность в работе, оставлять свое место работы чистым.***

***Материал для работы:***

***1.Измельченная шерстяная пряжа разных цветов..***

***2.Цветная и белая бумага.***

***3.Картины, игрушки, корзина с фруктами.***

***План занятия.***

***1.Предварительная работа:***

***-сбор корзины с фруктами в уголке природ***

***-подготовка пряжи – резка на мелкие кусочки.***

***2.Теоретическая часть занятия:***

***-витаминная беседа о фруктах,***

***-игра «Чудесный мешочек»,***

***-викторина «Послушай и угадай».***

***3.Практическая часть занятия:***

***-выбор порядка действия,***

***-выбор цветов,***

***-повторение правил работы с ножницами и клеем.***

***4.Заключительная часть занятия:***

***-фотографии работ и организация выставки.***

***Необходимые сведения.***

***1.Загадки***

В летнем солнечном саду

Зреют фрукты на виду.

Только нужно не лениться,

Отгадать их потрудиться.

Далеко на юге где – то

Он растет зимой и летом.

Удивит собою нас

Толстокожий … **(*ананас*)**.

Желтый цитрусовый плод

В странах солнечных растет.

Но на вкус – кислейший он,

А зовут его … **(*лимон*)**.

С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нем полезный витамин –

Это спелый  … **(*апельсин*)**.

Близнецы на тонкой ветке,

Все лозы родные детки.

Гостю каждый в доме рад.

Это сладкий … **( *виноград*)**.

Все о ней боксеры знают,

С ней удар свой развивают.

Хоть она и неуклюжа,

Но на фрукт похожа … **(*груша*).**



**Стихи про то, в каких продуктах какие витамины**

Витамин «А»

Где же витамин «А» найти,  
Чтобы видеть и расти?  
И морковь, и абрикосы  
Витамин в себе тот носят.  
В фруктах, ягодах он есть.  
Их нам всех не перечесть.

Витамин «В»

Свекла, яблоко, картофель,  
Репа, тыква, помидор..  
Витамины «В» имеют  
И отдать нам их сумеют.  
«В» - в наружной части злаков,  
Хоть он там неодинаков.  
Это вовсе не беда,  
Группа «В» там есть всегда.

Витамин «С»

А вот «С» едим со щами,  
И с плодами, овощами,  
Он в капусте и в шпинате,  
И в шиповнике, в томате,  
Поищите на земле -   
И в салате, в щавеле.  
Лук, редиска, репа, брюква,  
И укроп, петрушка, клюква,  
И лимон, и апельсин  
Ну, во всем мы «С» едим!

«С» – витамин в цветной капусте,  
В укропе, свежих овощах;  
Он снова в действие запустит  
Уставших клеток бодрый ряд.

***Ход занятия.***

1. *Приглашаю вас сегодня в увлекательное путешествие к овощам. У меня есть карта с маршрутом, по нему и двинемся.*

*А)Мы попали с вами в красно-желто-зеленую страну, а вот и листок-подсказка*

*Круглое, румяное, я расту на ветке;   
Любят меня взрослые и маленькие детки. (яблоко)*

*Угадайте, что это?*

Яблоки - самый привычный фрукт в нашей стране. Они не только чрезвычайно вкусны, но и крайне полезны. О полезных свойствах яблок можно писать целые книги. Здесь мы вкратце рассмотрим только некоторые из них.

80-90% от массы яблок составляет вода. В яблоках содержатся:

- Сахара (от 5 до 15%).

- Клетчатка (0,6%).

- Витамины А, С, В1, В2, В6, Р, Е. В яблоках на 50% больше витамина A, чем в цитрусовых. А еще в яблоках содержится довольно витамин B2- в яблоках его больше, чем в других фруктах. Его еще называют «витамином аппетита». Он необходим для нормального пищеварения и роста.

- Каротин.

- Микроэлементы: калий, натрий, железо, марганец, кальций, магний, сера, алюминий, бор, ванадий, молибден, никель, фтор, хром, цинк!

- Крахмал (0,9%).

- Пектины (0,27%).

- Органические кислоты (0,3-0,9%).

*Давайте найдем, где спрятались яблоки?*

*Б)Идем дальше, а это синяя страна, что мы тут найдем?*

Близнецы на тонкой ветке   
Все лозы родные детки.  
Гостю каждый в доме рад.  
Это сладкий...  
(Виноград)

*Виноград богат витаминами, он укрепляет наш организм, своим сахаром питает мозг человека, способствует хорошему настроению и большой работоспособности.*

*Ищем виноград.*

*В)А здесь желтая страна, она светится как солнышко, а вот и подсказка.* Что за фрукт на вкус хорош   
И на лампочку похож,  
Бок зеленый солнцем греет,  
Он желтеет и краснеет?  
(Груша)

Славяне издревле считали грушу деревом особым: согласно некоторым легендам люди поклонялись Богу не в церкви, а под грушей. У сербов ходила поговорка о груше - «Грушенька моя церковка». У болгар это дерево почиталось как хранитель полей. На территории Белорусии ходил запрет рубить грушевые деревья, объяснялось это тем, что на ней отдыхает Богородица, когда сходит на землю.

***Груши — хороший информатор пектина****— растворимых в воде волокон, которые содержат в себе витамины А, В2, В1, Е, С, ниацин, фолиевую кислоту.*

***Витамины в груше****и некоторые уникальные эфирные масла помогают укреплять иммунитет и самое интересное – бороться с депрессией. Мне кажется, что и*[*витамины в кукурузе*](http://schastlivyi.ru/vitaminyi-v-kukuruze.html)*помогают преодолеть плохое настроение.*

1. *Вот и пришли мы с вами в нашу мастерскую. Здесь есть все, чтобы сотворить нашими руками корзину с полезными фруктами. Вперед, за дело!*
2. *Итог занятия.*

*Хорошо вы потрудились, а теперь я приглашаю вас за витаминный стол, присаживайтесь и угощайтесь.*

*Мы за столик сели,  
Фартучки надели,  
Будем есть мы фрукты –  
Вкусные продукты.  
  
Ай да груша! Что за диво!  
И румяна, и красива.  
Очень просит груша:  
«Съешь меня, Ванюша».  
  
Яблочко родное,  
Наше, наливное.  
Вырастет у нас в саду,  
Осенью за ним пойду.*

*Виноград, виноград,  
Много ягодок подряд  
Выросло на ветке —  
Объеденье, детки!*

******

******

******