*Муниципальное автономное дошкольное общеобразовательное учреждение*

*«Детский сад № 143» г. Хабаровска*

***Методическая разработка интегрированного занятия***

***во второй младшей группе***

***«Овощи и фрукты-полезные продукты!»***

*Подготовила: Евдокимова С.Г.*

**Актуальность темы**

Дети младшего дошкольного возраста очень неохотно употребляют овощи и фрукты, не осознают их полезности. В фруктах и овощах содержится большое количество полезных витаминов, минералов и различных веществ, без которых не может обойтись детский организм. На сегодняшний день насчитывается почти четыреста различных их видов, каждый из которых обладает уникальными свойствами и характеристиками.  Польза, приносимая человеку от фруктов и овощей, обусловлена тем, что именно из них лучше всего получать минералы и витамины. Так как все фрукты и овощи обладают различным набором полезных веществ и по-разному влияют на организм, следует употреблять ежедневно хотя бы два различных вида. Каждый день, если это возможно, следует употреблять новые виды фруктов и овощей.

**Цель**: Формирование представлений детей о полезной пище; об овощах и фрукта, полезных для растущего организма детей. Закрепить у детей названия некоторых овощей и фруктов; расширять представления детей о том, на сколько полезны многие продукты, и как важно правильно питаться.

**Задачи:**

1. Формировать потребность в здоровом образе жизни, в частности в правильном питании.
2. закрепить знания о значении витаминов для здоровья человека;
3. называть витамины А, В, С;
4. различать витаминосодержащие продукты питания (овощи, фрукты);
5. познакомить, как витамины влияют на организм человека;
6. развивать активный и пассивный словарь;
7. воспитывать заботливое отношение к своему здоровью.

**Предварительная работа:** формирование КГН- беседа «Чистота залог здоровье»; рассмотреть альбом «Овощи-Фрукты»- вспомнить названия, подбор прилагательных; разработка конспекта занятия; сбор информации о витаминах.

**Оборудование:** Костюм для Витаминки, приготовленные отгадки в картинках к загадкам, муляжи овощей и фруктов в корзинках, миска для салата, листы с изображение фруктов и тарелочек, карандаши.

**Ход занятия.**

**Воспитатель в образе Витаминки**: Здравствуйте, дети! Меня зовут Витаминка.

Мы-витамины-не таблетки

И не вкусные конфетки!

Мы живет в продуктах,

Овощах и фруктах.

Мы несем здоровье вам,

Помогаем тут и там!

Мы витамины делаем овощи и фрукты не только вкусными, но и полезными! Вы любите овощи и фрукты?(Ответы детей). Молодцы! Тогда я вам загадаю загадки, а вы должных их отгадать.

**Загадки:**

Семьдесят одежек  
и все без застежек  
(*Капуста)*

Красна девица  
Сидит в темнице,  
А коса на улице.  
(*Морковь*)

Сидит дед, в шубу одет,  
Кто его раздевает, тот слезы проливает.  
(*Лук*)

Голова на ножке, в голове горошки.  
*(Горох*)

Наши поросятки выросли на грядке,  
К солнышку бочком, хвостики крючком.  
Эти поросятки играют с нами в прятки.  
*(Огурцы*)

Круглое, румяное с дерева достану я,  
На тарелку положу, «Кушай, мамочка»,- скажу.   
(*Яблоко)*

Молодцы все загадки отгадали.

Ребята посмотрите, сколько разных овощей я принесла (в корзинке лежат муляжи овощей). Давайте выберем те овощи, из которых можно сделать салат. А что мы должны сделать перед тем как начать готовить еду? (ответы детей). Правильно помыть руки и овощи.

**Пальчиковая гимнастика:**

Носик, носик! Где ты носик?

Ротик, ротик! Где ты ротик?

Щечки, щечки! Где вы щечки?

Будет чистенькая дочка!

Лапки мыли? Ушки мыли?

Носик мыли? Хвостик мыли?

А теперь мы чистые

Котятки пушистые.

Какие вы молодцы овощи помыли, и ручки помыли, и салат приготовили.

А теперь ребята я хочу поиграть с вами в игру. Вы любите играть?

**Дидактическая игра «Разложи продукты по корзинками»**

Вот перед вами овощи и фрукты. Нужно овощи и фрукты разложить по- разным корзинками.

**Витаминка:** Витаминов много, но самые главные A, B, C.

Витамин А содержится в моркови, сливочном масле, в овощах и фруктах красного цвета – помидор, красный сладкий перец, тыква, мандарин. Он полезен для роста и зрения.

Витамин  В содержится в хлебе, черный особенно, горох, фасоль, крупа гречневая, пшенная, овсяная. Витамин  В способствует хорошей работе сердца, когда его не хватает человек плохо спит, много плачет.

 Витамин С – в смородине, яблоке, луке, лимоне, апельсине, кислой капусте. Витамин С укрепляет весь организм, делает человека более здоровым, защищает от простудных заболеваний.

**Физкультминутка «Урожай»**

(Дети выполняют движения в соответствии со словами, которые произносит воспитатель).

Мы картошку накопали,  
Огурцы с гряды сорвали,  
Выдернули всю морковку,  
Срезали капусту ловко.   
И в корзине от земли   
Вам подарок принесли!

**Витаминка:** А сейчас мы с вами не много порисуем.

**Рисование «Проведи линию от фрукта до тарелки»**(на листе изображения с фруктами и тарелочками, дети карандашами проводят вертикальные прямые линии от фрукта до тарелки.)

**Витаминка:** Ребята вы все сегодня такие молодцы.

-Что мы с вами сегодня узнали нового?

-С какими овощами и фруктами мы сегодня познакомились?

-Где растут овощи?

-Какие вы узнали витамины?

А сейчас мне с вами пора прощаться. Я вам желаю, чтобы ваше здоровье было всегда крепким! До свидание, ребята!»

**Совместная деятельность после** нод: сюжетно-ролевая игра «Поход в Овощной магазин»; хороводная песня «Урожайная»; чтение и обсуждение песни «Овощи» музыка Э. Силиня  
Слова Ю. Тувима.