**Конспект НОД на тему «Где найти витамины весной?».**

Подготовительная группа.

***Цель*:** познакомить детей со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека, формировать у детей целостное отношение к собственному здоровью.

***Задачи.***

О.О. «Познание» - формировать знание детей об овощах и фруктах, способах выращивания лука и овса в комнатных условиях.

О.О. «Здоровье» - закрепить навыки санитарно-гигиенических правил при употреблении пищи.

О.О. «Коммуникация» - упражнять в образовании однокоренных слов, продолжать развивать у детей умение строить разные типы высказываний.

О.О. «Чтение художественной литературы» - продолжать развивать у детей умение понимать смысл пословиц и поговорок, отгадывать загадки, знакомить с творчеством народов мира.

**Ход образовательной деятельности.**

*Организационная часть.*

Воспитатель читает стихотворение О.Ковальчук «Витамины» (Приложение, слайд №1).

***Витамины нам полезны –***

***Это точно знаю.***

***только их не из таблеток***

***Я употребляю.***

***Получаю их из пищи***

***Вкусной и полезной.***

***Где же прячутся они?***

***Очень интересно.***

***Объясняет мама мне:***

***«Они прячутся везде.***

***Ты из фруктов, овощей***

***Получай их поскорей».***

* Ребята назовите продукты в которых есть витамины.

*Дети отвечают.*

* Скоро наступит весна и во многих овощах и фруктах витаминов почти не остаётся, ведь они хранятся уже много месяцев, но в сушёных фруктах: изюме, черносливе, кураге, урюке, яблоках, грушах, финиках и инжире содержится большое количество минеральных веществ, которые необходимы человеку. (Приложение, слайд №2)
* В сухофруктах много фосфора, магния, железа, калия и кальция; именно эти минеральные вещества необходимы организму человека для правильного развития и роста. Сухофрукты используются для приготовления компотов, служат прекрасными добавками для каш, пирогов и запеканок. (Приложение, слайд №2)

**Физкультминутка.** (Приложение, слайд №3)

***Один пузатый здоровяк*** *Дети показывают руками большой живот.*

***Съел десять булок натощак,*** *Выставляют перед собой все пальцы.*

***Запил он булки молоком,*** *Имитируют движение: выпивают стакан молока.*

***Съел курицу одним куском,*** *Растопыривают пальцы одной руки, ладонь вверх, подносят воображаемый кусок ко рту.*

***Затем барашка он поджарил*** *Приставляют к голове указательные пальцы – рожки.*

***И в брюхо бедного направил.*** *Гладят живот.*

***Раздулся здоровяк как шар,*** *Изображают в воздухе большой круг.*

***Обжору тут хватил удар.*** *Слегка ударяют ладонью по лбу.*

*Основная часть.*

Воспитатель загадывает детям загадку. (Приложение, слайд №4)

***Прежде чем его мы съели,***

***Все наплакаться успели.***

*(Лук)*

* О каком овоще эта загадка? Почему вы так думаете?
* Как вы считаете, полезен ли лук для организма человека?

*Дети отвечают.*

* В луке есть вещества, которые защищают человека от болезней. Есть даже такая поговорка: «Лук – от семи недуг». Он помогает человеку быть здоровым. в луке много витаминов «А» и «С». Лук настолько популярный овощ, что люди о нём сочиняют стихи и песни.

Воспитатель предлагает детям послушать шотландскую народную песню «Купите лук». (Приложение, слайд №4).

* Лук растёт летом. Как вы думаете можно ли вырастить зелёный лук в другое время года? Как это можно сделать? Что именно нам необходимо для того, что бы вырастить зелёный лук?

Воспитатель демонстрирует слайд (Приложение, слайд №5).

* Как вы думаете каким способом и в какой последовательности всё было сделано?

*Дети отвечают.*

* Ещё можно прорастить овёс и пшеницу, их зелёные стебельки очень полезны. (Приложение, слайд №5)
* Что ещё необходимо нашему организму для поддержки здоровья?

*Дети отвечают.*

* Каждый из вас должен самостоятельно заботиться о своём здоровье. Обязательно надо соблюдать культурно-гигиенические навыки, режим дня, правильно питаться и чаще находиться на свежем воздухе.

**Подведение итогов.**

Воспитатель и дети обсуждают, что нового они узнали, что будут делать для того, что бы ни болеть. Воспитатель предлагает детям принести луковицы, землю и разные ёмкости для посадки лука, а так же овёс и пшеницу и создать в группе огород на подоконнике.

*Приложение*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Слайд | Действия педагога | Действия детей | Примечание |
| №1 C:\Users\c\Documents\elite Panaboard book\Gallery\My Content\Правильное питание\овощи и фрукты.jpg | Воспитатель демонстрирует картинку. |  | https://encrypted-tbn2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTgi6Hh784vdpZFY4yOihwVQa18bW0MxA27ZR5RmqR0YxxjjNGJuA |
| №2 C:\Users\c\Documents\elite Panaboard book\Gallery\My Content\Витамины\курага.jpg | Воспитатель демонстрирует картинки. Под значками затенения скрыты продукты питания с сухофруктами. |  | https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR9jpE0lQCitpUhHPrlwOqspPQEGgpGwHkx7C8RVkrUQOpV3Wjllg |
| №3 C:\Users\c\Documents\elite Panaboard book\Gallery\My Content\Правильное питание\Обжора.jpg | Воспитатель демонстрирует слайд с физкультминуткой. |  | data:image/jpeg;base64,/9j/4AAQSkZJRgABAQAAAQABAAD/2wCEAAkGBxQSERUUExQVFhUWGRwbFxgYGRgYHhgbGxwbHx8YIBogHSggHx0lHx0eIzEhJSkrL |
| №4 C:\Users\c\Documents\elite Panaboard book\Gallery\My Content\Витамины\куптите лук3.jpg | Воспитатель демонстрирует картинку. Под значком затенения картинка с правильным ответом. В левом нижнем углу значок аудиофайла со стихотворением, в правом нижнем углу значок аудиофайла с песенкой. | Ребёнок, правильно отгадавший загадку, так же может нажать на значок затенения | https://encrypted-tbn2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR2v6HEF8KtpDc-5SC\_R0ng\_X\_zVLB9SJ5mtrxrxcxPHDPRXRGz |
| №5 C:\Users\c\Documents\elite Panaboard book\Gallery\My Content\Витамины\лук2.jpg | Воспитатель демонстрирует картинки. Под значком затенения картинка с пророщенным овсом. |  | https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQsRtwsmIoP03hFgalz2Pbaw3zoBVQB3DUDiwjsLH5EKjLZ7aHyRw |