

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Проект средней коррекционной группы**

***«Подружимся с витаминами»***

Выполнили:

Капелюшина И.Г.

Щенникова И.В.

г. Сургут 2015г.

## **Пояснительная записка.**

### **Актуальность:**

Правильное питание – основа здоровья и развития детей. Особое внимание необходимо уделять организации полноценного питания детям с ЗПР, так как у них прослеживаются в основном нарушения функции левого полушария, что ведет к психоневрологическим и соматическим расстройствам. А последние научные исследования доказали, что плохое питание затрудняет развитие левого полушария.

Исследования показывают, что состояние психики и нервной системы напрямую связаны с питанием. Человеческий мозг получает энергию, которая вырабатывается из натуральных биологически активных продуктов. Неполюценное питание может стать причиной эмоциональных нарушений, нарушается работа мозга, что может вызвать нервное истощение, нарушается обмен веществ, ухудшается зрение.

Тема «Подружмся с витаминами» актуальна в связи с тем, что дети недостаточно употребляют в пищу продукты, содержащие витамины и полезные для здоровья, вследствие чего у детей снижается работоспособность на занятиях: дети становятся вялыми, внимание рассеянное; часто болеют.

Учитывая выше сказанное, мы преследуем цель: формирование осознанного отношения к необходимости укреплять здоровье с помощью витаминов находящихся в натуральных биологически активных продуктах.

### **Новизна:**

Способствовать развитию осознанного понимания необходимости употреблять в пищу витаминизированных продуктов питания, посредством обогащения знаний детей информацией о пользе некоторых продуктов.

### **Использование инновационных технологий:**

Презентация для детей и родителей на тему: «Подружмся с витаминами».

## **Перспективы использования материалов в работе педагогов ДОУ:**

Систематическое использование воспитателями детского сада презентации на родительских собраниях и в работе с детьми для расширения знаний о здоровой и полезной пище.

## Содержательная часть

### **Задачи:**

1. Познакомить детей с понятием «Витамины»
2. Закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.
3. Воспитывать у детей культуру питания, чувство меры.

### **Характеристика проекта:**

*Тип проекта:* практико – ориентированный.

*По характеру содержания:* ребенок, учитель – дефектолог, воспитатель, родители.

*По характеру контактов:* в ДОУ, внутри одной возрастной группы, в контакте с семьей.

*По количеству участников:* групповой и фронтальный.

*По продолжительности:* краткосрочный.

### **Содержание проекта:**

1 этап: Этап целеполагания. Определения проблемы.

2 этап: Организация работы над проектом.

3 этап: Презентация продукта деятельности, результата проекта.

### **Список литературы:**

**Н.И.Крылова «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ»**

**Р.В. Тонкова – Ямпольская «Ради здоровья детей»**

**С.М.Мартынов «Здоровье ребенка в ваших руках»**

**Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье»**

**М.Ю. Каргушина «Праздники здоровья»**

### План реализации проекта

| Этап | Задачи  | Форма работы   | Деятельность педагогов                                     | Деятельность детей  | Сроки     | Предполагаемый результат  |
|------|---|--|--|---|-----------|---|
| I    | Постановка проблемы, определение задач и путей реализации проекта, мотивация детей;                                     | Беседа<br>Игровая ситуация<br>«Пришла Маринка Заболейкина» | Сбор информации и дидактического материала.                | Дети вживаются в проблему, отвечают на вопросы, предлагают пути решения проблемы. | 2 недели  | Систематизировать и оформить собранную информацию в пособия, доступные для восприятия детей дошкольного возраста. |
|      | Помочь родителям понять, что здоровье зависит от правильного питания: еда должна быть не только вкусной, но и полезной. | Консультация   | Педагоги находят информационный материал для родителей.    |   | 2 дня     | Настроить родителей на дальнейшее участие   |
| II   | Познакомить детей с понятием «Витамины»   | Занятие<br>«Витамины укрепляют организм»                   | Беседа по теме с использованием иллюстративного материала. | Воспринимают информацию, рассматривают иллюстрацию и отвечают на вопросы          | 1 занятие | Дети получили информацию о витаминах, познакомились с полезными продуктами.                                       |
|      | Заучивание с детьми пальчиковой гимнастики, развитие мелкой моторики.   | Пальчиковая гимнастика<br>«Салат»                          | Показ движений пальчиковой гимнастики, заучивание слов.    | Освоение движений.  | 1 месяц   | Дети выучили текст и движения пальчиковой гимнастики.   |

|     |   |   |   |   |           |  |
|-----|---|---|---|---|-----------|--|
|     | Продолжать учить рисовать гуашевыми красками полезные для здоровья овощи и фрукты; развивать способность передавать характерные особенности предметов; воспитывать желание употреблять в пищу овощи и фрукты. | Занятие по рисованию «Я и витамины»             | Руководство процессом рисования и помощь в ходе него. | Практическая деятельность.                        | 1 занятие | Выставка детских работ   |
|     | Закрепить знания детей о полезных для здоровья продуктов питания.   | Дидактическая игра «Магазин полезных продуктов» | Организация игры, постановка задачи перед детьми.     | Игровая деятельность.                             | 2 недели  | Дети научились играть в игру, поясняя свой выбор.  |
|     | Воспитывать желание употреблять в пищу овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням.  | Сюжетно - дидактическая игра «В гостях у мишки» | Объяснение, вопросы, руководство деятельности детей.  | Рассуждение, умозаключение, игровая деятельность. | 2 недели  | Дети усвоили знания о воздействии витаминов на организм; научились применять полученные знания в игре. |
| III | Обобщить знания детей о витаминах, находящихся в продуктах, создать праздничное настроение, эмоциональный настрой, доставить детям радость.   | Досуг - развлечение «Подружился с витаминами»   | Руководство кодом досуга.                             | Участвуют в конкурсах, играют.                    | 1 день    | Дети получили эмоциональный настрой, обобщили знания.  |

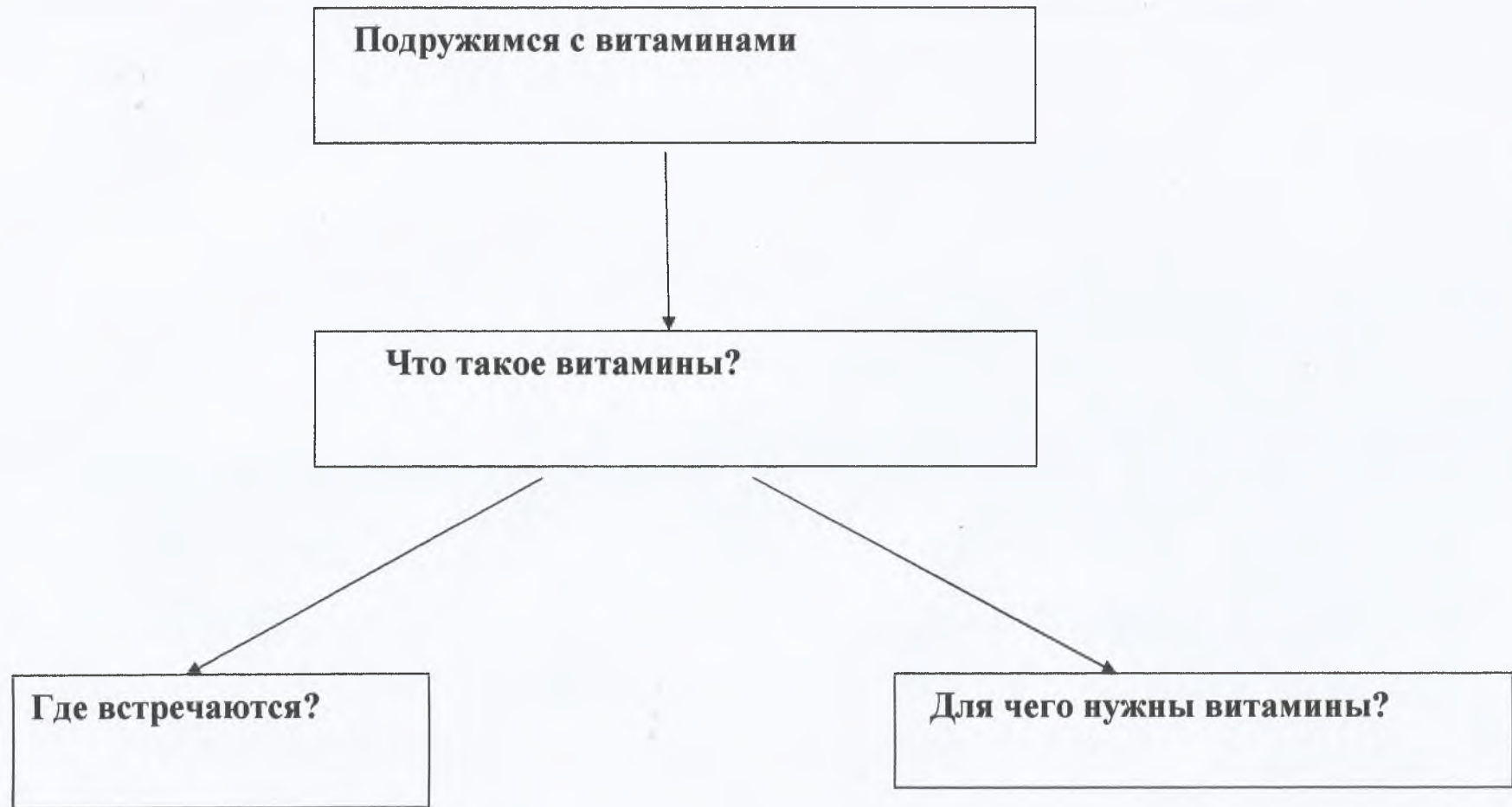
|  |   |                            |  |  |        |   |
|--|---|----------------------------|--|--|--------|---|
|  | Презентация продукта деятельности, результата проекта.                                    | Отчет о проделанной работе | Подготовка к презентации, презентация. | Продукт деятельности готовят к презентации. Представляют продукт деятельности. | 3 дня  | Отчет о проекте в виде стенгазеты, слайдов.                   |
|  | Предложить родителям оформить сборник рецептов «Оптимальное меню для растущего организма» | Сборник рецептов           | Помощь в оформлении                    |  | Неделя | Сборник рецептов полезных блюд, опробованных в разных семьях. |

## Формы работы

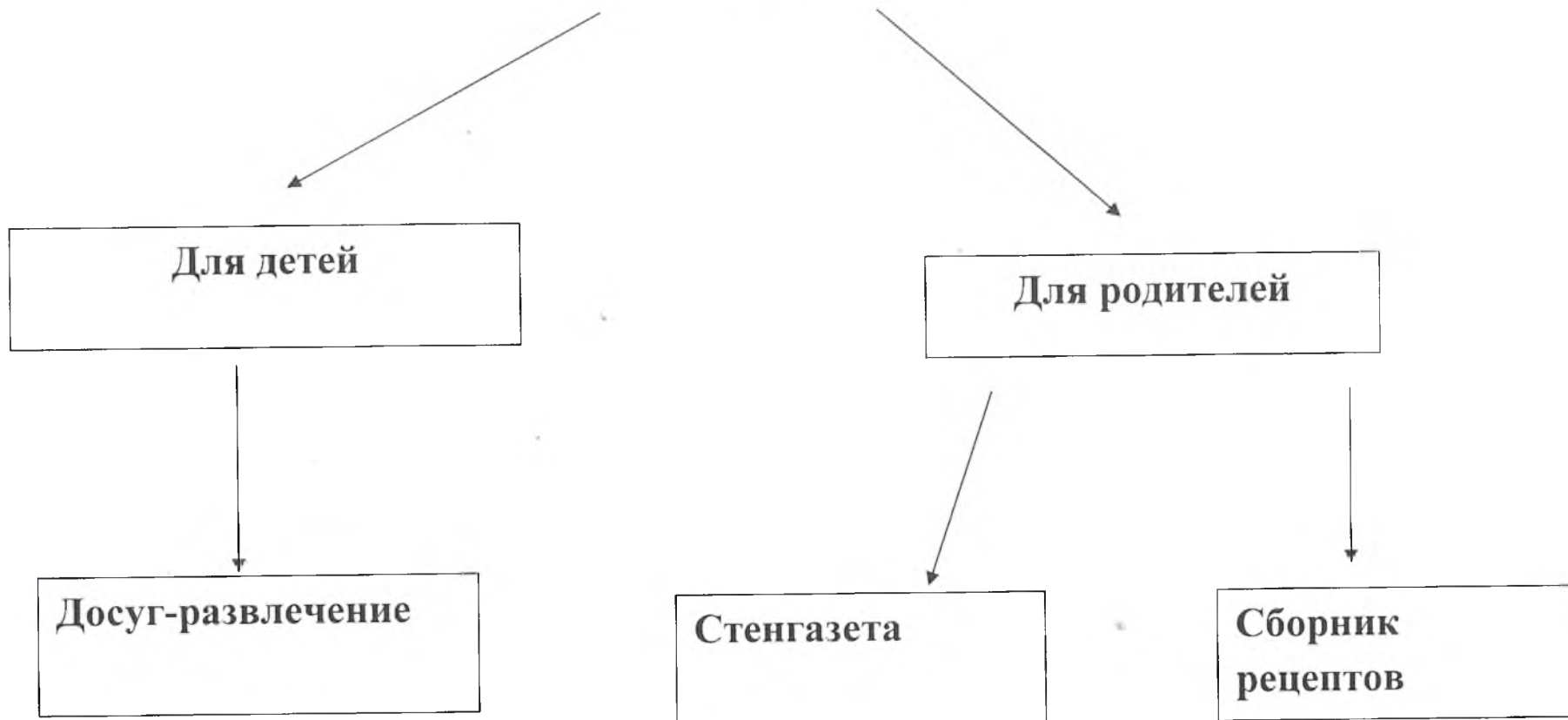




# Системная паутинка



## Результат проекта





## Дефицит витаминов у детей



Понятие о том, что дефицит витаминов является одной из важных причин ухудшения состояния здоровья детей, занимает прочное место в современной педиатрии.

Особенно актуальной эта проблема становится весной после долгого осенне-зимнего периода. В соответствии с современными представлениями, **витамины** - это низкомолекулярные органические соединения с высокой биологической активностью, необходимые для нормальной жизнедеятельности человека, которые не синтезируются (или синтезируются в недостаточном количестве) в организме, а поступают с пищей.

Содержание витаминов в пище значительно ниже, чем белков, жиров и углеводов. Поэтому особенно важно достаточное содержание каждого из витаминов в повседневном питании детей. Но в отличие от белков, жиров и углеводов, витамины не служат источником энергии или „строительным“ материалом для органов и тканей, а являются регуляторами физиологических и биохимических процессов, лежащих в основе большинства жизненно важных функций организма. Недостаточное поступление витаминов с пищей или нарушение их усвоения на уровне желудочно-кишечного тракта приводит к возникновению витаминной недостаточности разной степени.



*Витамин В1 - улучшает энергетический обмен, способствуя нормальной деятельности органов пищеварительного тракта и сердца. Необходим для формирования и нормального функционирования нервной системы ребенка. Особенно необходим в период роста ребенка.*

*Витамин В2 - один из основных регуляторов углеводного, жирового и белкового обмена. Улучшает свето- и цветовосприятие. Необходим для синтеза гемоглобина.*

*Витамин В6 - обеспечивает синтез белка. Улучшает функцию печени и головного мозга. Необходим для нормального формирования нервных волокон.*

*Витамин В12 - положительно влияет на нервную систему, предотвращает развитие анемии, обеспечивает нормальный рост и физическое созревание организма.*

*Витамин РР - регулирует энергетический обмен. Нормализует функцию печени. Необходим для формирования нервной системы. Улучшает трофику кожи.*

*Витамин В5 - участвует в белковом, жировом и углеводном обмене.*

*Витамин В4 (холин) - играет важную роль в обменных процессах в печени.*

*Витамин В8 (инозит) - регулирует обмен веществ. Стимулирует моторную функцию желудка и кишечника.*

*Витамин А - оказывает влияние на рост, улучшает состояние кожи, способствует сопротивлению организма инфекции.*

*Витамин С - повышает защитные силы организма, ограничивает возможность заболеваний дыхательных путей.*

*Витамин Д - обладает способностью регулировать фосфорно-кальциевый обмен.*



## Когда ребенку особенно необходим комплекс витаминов группы „В“

- в период интенсивного физического и умственного развития (особенно для нормального развития и функционирования нервной системы);
- при ограничении питания вследствие отсутствия аппетита, тошноты, рвоты, при сниженном содержании витаминов в молоке матери;
- при заболеваниях органов пищеварительного тракта (особенно печени и кишечника), при дисбактериозе;
- во время и после лечения антибиотиками;
- при хронических инфекционных заболеваниях;
- при различных заболеваниях кожи и слизистых оболочек.

## Источники витаминов растительного и животного происхождения

| Витамин             | Продукты растительного происхождения  | Продукты животного происхождения                           |
|---------------------|---|--|
| <b>А</b>            | Морковь, цитрусовые   | Сливочное масло, сыр, яйца, печень, рыбий жир              |
| <b>Бета-Каротин</b> | Морковь, петрушка, шпинат, весенняя зелень, дыня, помидоры, спаржа, капуста, брокколи, абрикосы       |  |
| <b>D</b>            |   | Молоко, яйца, рыбий жир, печень трески, жирные сорта рыбы  |
| <b>Е</b>            | Кукурузное, подсолнечное, оливковое масла, горох, облепиха  |  |
| <b>К</b>            | Зеленые листовые овощи, шпинат, брюссельская, белокочанная и цветная капуста, крупы из цельного зерна |  |
| <b>В1</b>           | Сухие пивные дрожжи, проростки пшеницы, овес, орехи (фундук)  |  |
| <b>В2</b>           | Дрожжевой экстракт, проростки отруби пшеницы, соевые бобы, капуста брокколи                           | Печень, яичный желток, сыр                                 |
| <b>РР</b>           | Зеленые овощи, крупы из цельного зерна  | Мясо, печень, рыба, молоко, сыр                            |
| <b>В5</b>           | Дрожжи, бобовые, грибы, рис   | Печень, мясные субпродукты                                 |
| <b>В6</b>           | Проростки и отруби пшеницы, зеленые листовые овощи  | Мясо, печень, рыба, молоко, яйца                           |
| <b>В9</b>           | Орехи, зеленые листовые овощи, бобы проростки пшеницы, бананы, апельсины                              | Яйца, мясные субпродукты                                   |
| <b>В12</b>          | Дрожжи, морские водоросли   | Печень, почки, икра, яйца, сыр, молоко, творог, мясо, рыба |

## Витамины для детей



**Витамины** - необходимое средство для укрепления иммунитета, для нормального роста и развития Вашего ребенка.

Здоровый и веселый ребенок - это всегда счастье для родителей. Но не надо забывать, что профилактику самых различных патологических состояний необходимо начинать с самого раннего возраста. Большое значение имеют защитные свойства естественного вскармливания малыша, особенно в отношении риска развития в последующие годы хронических заболеваний (болезни органов пищеварения, атеросклероз, сахарный диабет, остеопороз).

Проблема гиповитаминозов и микроэлементозов среди детей особенно актуальна. Детский организм растет, развивается, поэтому совершенно необходима своевременная коррекция недостаточного питания и непереносимости отдельных продуктов (ферментативная недостаточность или проявления аллергии) специальными витаминно-минеральными комплексами.



Гиповитаминозный фон, характерный для большинства здоровых детей, усугубляется при любых заболеваниях, особенно при болезнях желудочно-кишечного тракта, печени, почек, при которых имеет место нарушения всасывания и усвояемости витаминов.

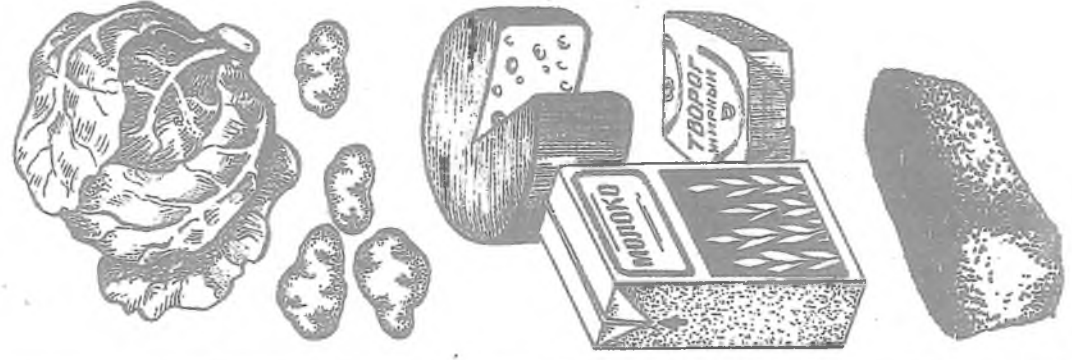
Лекарственная терапия, антибиотики усиливают гиповитаминозы вследствие развития дисбактериоза кишечника.



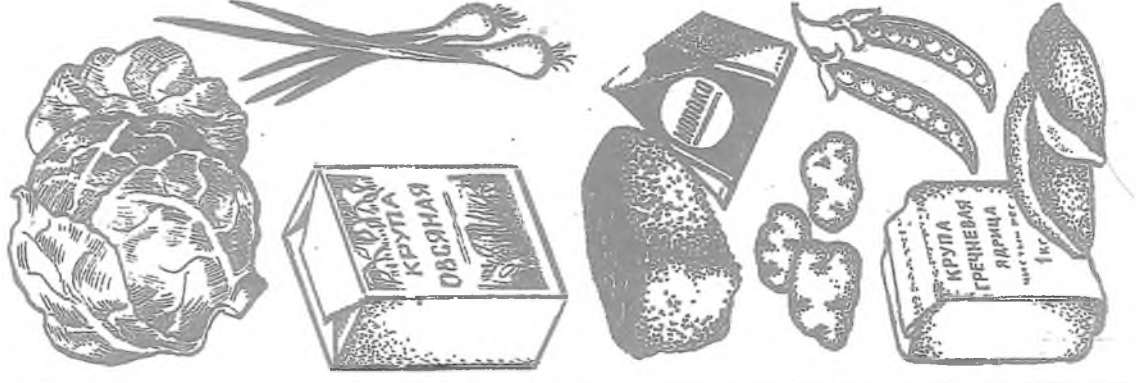
ЖЕЛЕЗО



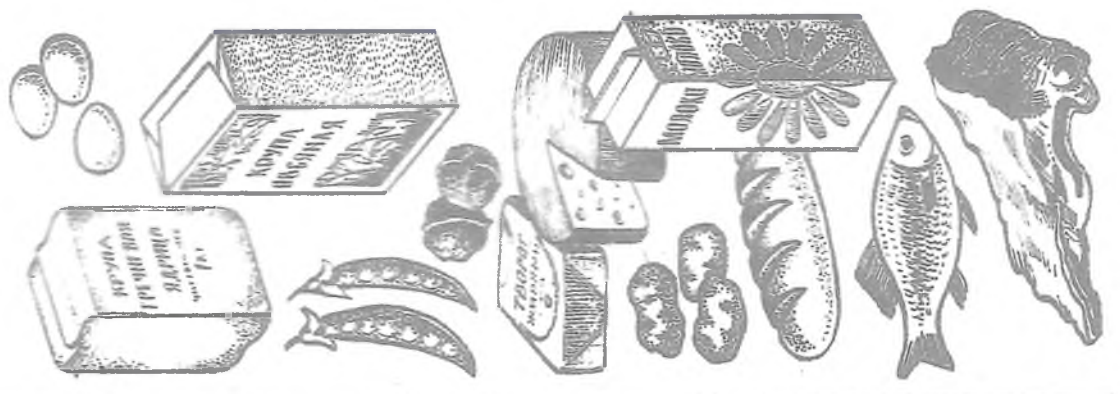
КАЛЬЦИЙ



МАГНИЙ



ФОСФОР



A



ПЕЧЕНЬ

B



C

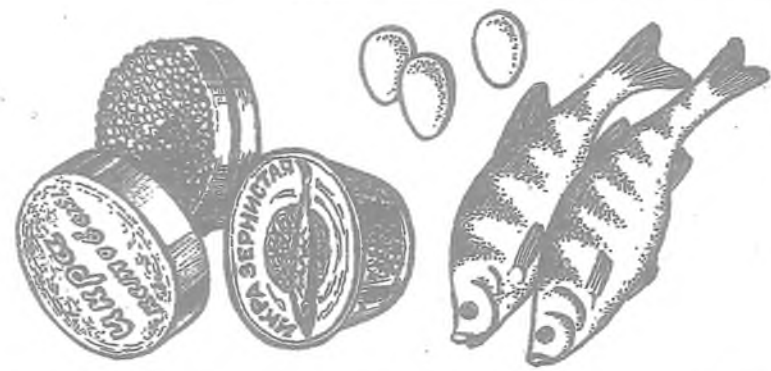




Е

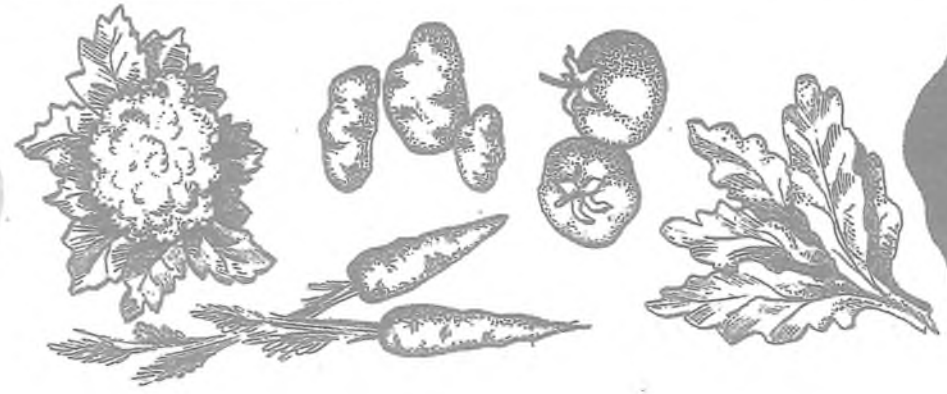


Д



ПЕЧЕНЬ

К



ПЕЧЕНЬ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**«Здоровье ребенка в Ваших руках»**

**(Консультация для родителей)**

г. Сургут 2015г.

**Рациональное питание** - одно из условий сохранения жизни и здоровья человека.

Роль питания в детском возрасте особенно велика. Рациональное питание оказывает благоприятное влияние на физическое и нервно - психическое развитие детей, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям.

Важнейшими компонентами пищи, которые усваиваются организмом в процессе пищеварения особое место занимают **белки**. Они служат основным пластическим материалом для строительства клеток и тканей. При длительном недостатке в организме белка отмечается задержка в физическом и умственном развитии ребенка, снижается сопротивляемость его к возбудителям различных болезней.

Полноценными белками богаты мясо, яйца, молоко, сыр, творог, из растительных продуктов - пшеница, бобовые, крупы, картофель.

Оптимальный аминокислотный состав пищевого рациона достигается только при правильном сочетании белков животного и растительного происхождения. Чем младше ребенок, тем больше он должен получать белков животного происхождения (от 1 года до 3 лет - 75%, от 4 до 6 лет - 65%, от 7 лет и старше - 50%) Организм ребенка может строить свои собственные белки только при наличии всех аминокислот, находящихся в пище в определенных соотношениях.

Отрицательное влияние на организм оказывает не только малое количество белка, но и его избыток. Это приводит к нарушению работы почек, повышает предрасположенность к аллергическим заболеваниям.

Важное значение в питании детей имеют **жиры**. Они способствуют лучшему усвоению белков. Однако как избыток жира, так и недостаточное его количество отрицательно влияют на организм. Нарушается усвоение белка, угнетается секреция пищеварительных желез, возникает ожирение, нарушающее деятельность внутренних органов и систем. При недостатке жира замедляется рост и развитие организма, снижается его сопротивляемость к инфекциям, расстройства деятельности желудочно - кишечного тракта. Для растущего организма важен состав жира, наличие в нем ненасыщенных жирных кислот, которые содержатся в растительном масле.

К основным пищевым веществам относятся **углеводы**. Они являются главным источником энергии, способствуют нормальному перевариванию и усвоению жиров и белков. При избытке углеводов происходит усиленное образование жира, понижается сопротивляемость детского организма заболеваниям, повышается вероятность появления аллергических реакций. Ребенку нужны **минеральные вещества** для правильного роста и развития костной, мышечной и нервной ткани. Недостаточное поступление в организм минеральных веществ возникают различные нарушения обменных процессов. К минеральным веществам относится **кальций**, который принимает активное участие в образовании костной ткани, зубов, для правильного функционирования нервной и мышечной систем, участвует в процессах свертывания крови. **Фосфор** необходим для нормального роста и развития костной ткани, деятельности головного мозга. Железо является составной частью гемоглобина, при его недостатке возникает определенная форма малокровия. Очень важным является также снабжение организма ребенка солями **магния, натрия, калия** - регулируют солевой обмен.

В пище ребенка должны присутствовать **микроэлементы** - вещества, содержащиеся в организме в очень малых количествах, но необходимые для его жизнедеятельности. К ним относятся **цинк, медь, марганец, фтор, йод** и др. Микроэлементами богаты печень, яичный желток, овощи.»

**Вода** также является компонентом пищи. Благодаря воде из организма удаляются шлаки. При избыточном введении жидкости возникают нагрузки на сердечно - сосудистую систему, почки. Недостаток воды приводит к развитию сгущения крови, нарушению процессов пищеварения.

**Витамины** имеют огромное значение в питании ребенка. Они регулируют процессы обмена, связаны с процессами роста и развития. При достаточно полноценном и разнообразном питании, включающем овощи и фрукты. Организм получает необходимое количество витаминов. Весной в пищу ребенка обязательно следует дополнительно вводить витамин С.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Конспект занятия по ОЗОМ и развитию речи «Витамины  
укрепляют организм»**

**Группа «Цветик - Семицветик»**

г. Сургут 2015г

## **Тема: «Витамины укрепляют организм»**

### **Цели:**

#### *Коррекционно-образовательные:*

- познакомить детей с понятием «витамины»
- формировать знания о необходимости наличия витаминов в организме человека
- формировать знания о полезных продуктах, в которых содержатся витамины

#### *Коррекционно-развивающие:*

- развитие мышления
  - развитие зрительного восприятия
- #### *Коррекционно-воспитательные:*
- воспитывать у детей культуру питания

### **Оборудование:**

Кукла доктора, картинки с изображением продуктов питания, дидактическая игра «Полезно - неполезно», дидактическая игра «Найди по тени», дидактическая игра «Четвертый лишний», витамины.

### **Ход занятия:**

#### Орг.момент:

Ребята к нам сегодня на занятие придет гость, а чтобы узнать кто, нужно отгадать загадку. Правильно, это доктор.

#### Сообщение новой темы:

Здравствуйте ребята! Меня зовут Доктор Витаминкин, и сегодня я вам расскажу о пользе витаминов.

Кто знает, что такое витамины? Для чего нам нужны витамины?

Витамины нам нужны для того, чтобы не болеть, чтобы быть сильными, чтобы быть здоровыми.

Витамины - укрепляют организм.

Кто знает, где содержатся витамины?

Витамины содержатся во фруктах, овощах, ягодах, продуктах питания.

Ребята, а в какое время года растут овощи и фрукты?

Правильно они растут летом, а собирают их осенью.

Летом и осенью наш организм наполнен большим количеством витаминов, поэтому мы так редко боеем в это время года.

Я вам в подарок принес витаминки, но вы получите их после того, как выполните все мои задания, которые я для вас приготовил.

### **Игра «Полезно - не полезно»**

Ребята посмотрите, у меня есть два домика, какого цвета первый домик?

Правильно желтого - это домик полезных продуктов. А какого цвета второй домик? Правильно черного - это домик вредных продуктов, продуктов которые не полезны.

А еще у меня есть мешочек, в котором перепутались все, все продукты и они не могут найти свой домик. Поможем им найти свой домик?

Саша подойди ко мне и достань из мешочка картинку, что ты достал?

Апельсин полезный продукт, в нем есть витамины?

В какой домик мы его поселим?

Правильно в желтый.

Егор достань из мешочка картинку, что ты достал?

Сосиски полезный продукт, в них есть витамины?

В какой домик мы их поселим?

Правильно в черный.

И так выходит каждый ребенок достает картинку из мешочка и селит ее в определенный домик.

Заучивание пальчиковой гимнастики «Салат» - развитие мелкой моторики

Мы морковку чистим - чистим энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой

Мы морковку трем - трем - прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения вперед - назад

Сахарком ее посыплем - «Посыпают сахаром», мелко перебирая И сметанкою польем - кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая  
Вот такой у нас салат - протягивают ладонь вперед Витаминами богат! - поглаживают ладошкой живот

### **Игра «Найти по тени»**

Ребята посмотрите у нас пропали все продукты, овощи и фрукты, от них остались только тени, давайте найдем цветные картинки к этим теням.

Саша, что у тебя за картинка?

Ты нашел тень ананаса? Положи ананас на его тень. Молодец!

Каждый ребенок находит тень к картинке.

### **Подвижная игра «Репка»**

Дети встают в круг, в центре сидит на корточках ребенок - «репка». Дети идут вокруг него под песню.

Репонька - ребенок

В земле засела крепко.

На грядке сидит, на всех глядит.

Подошли детки,

Вытянули репку,

На ноги поставили танцевать заставили.

Танцуй веселей,

Своих ножек не жалеи!

А теперь не зевай,

Покружиться приглашай!

«Репка» приглашает любого ребенка и, взяв его за обе руки, начинает с ним кружиться.

### **Игра «Хлопай - топай»**

Ребята слушайте меня внимательно!

Я называю полезный продукт богатый витаминами - вы хлопаете в ладоши, называю вредные продукты - вы топаете ногами.

Игра «Четвертый лишний»



Перед детьми 4 картинки, 3 из которых одинаковые, а 1 к ним не подходит. Ребята посмотрите внимательно на картинки, какая картинка здесь лишняя. Правильно помидор. Почему? Потому что все это молочные продукты, а это нет, это овощ и т.д.

**Итог занятия:**

Молодцы! Ребята вы выполнили все мои задания, и я вас угощу витаминами. Витамины содержатся не только в продуктах, но и продаются в готовом виде в аптеке. Вот посмотрите на них, угощайтесь. Ребята для чего нужны витамины? Где содержатся витамины? В каких продуктах нет витаминов.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Пальчиковая гимнастика «Салат»**

**Группа «Цветик - Семицветик»**

г. Сургут 2015г.

## Пальчиковая игра «Салат»

Мы морковку чистим - чистим,

*Энергично проводят кулачком  
правой руки по ладони левой*

Мы морковку трем - трем,

*Прижимают кулачки к груди и делают ими  
резкие движения вперед — назад*

Сахарком ее посыплем

*«Посыпают сахаром», мелко перебирая  
пальчиками.*

И сметанкою польем.

*Кулачком делают движения сверху вниз, как  
бы поливая*

Вот такой у нас салат,

*Протягивают ладони вперед.*

Витаминами богат!

*Поглаживают ладошкой живот*

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Конспект занятия по рисованию «Я и витамины»**

**Группа «Цветик - Семицветик»**

г. Сургут 2015г.

## **Тема: «Я и витамины».**

**Цель:** Продолжать учить детей рисовать гуашевыми красками полезные для здоровья овощи и фрукты; развивать способность передавать характерные особенности предметов; воспитывать желание употреблять овощи и фрукты; совершенствовать грамматический строй речи.

**Оборудование:** Овощи и фрукты (муляжи); фланелеграф; фигурки для фланелеграфа (овощи и фрукты разных видов, и геометрические фигуры: круг, овал, треугольник); краски, кисти, стаканчики для воды, салфетки; на каждого ребенка - круг (овал) из бумаги белого цвета.

**Предварительная работа:** Беседа с детьми о пользе овощей и фруктов, выяснение, какие овощи и фрукты они любят, есть, как и где растут овощи и фрукты; чтение загадок об овощах и фруктах.

### **Ход занятия.**

Дети сидят на коврике.

Воспитатель: Ребята, мы с вами много знаем об овощах и фруктах полезных для здоровья людей. А вот в лесу живёт маленький гномик, он не знает название овощей и фруктов. Вот к нам сегодня в гости пришел гномик Степашка и в мешочке принес овощи и фрукты. Он тоже хочет знать названия овощей и фруктов.

Давайте вспомним, какие овощи (фрукты) мы знаем.

Дети называют, а воспитатель прикрепляет картинки названных овощей (фруктов) на фланелеграфе, На разносе лежат геометрические фигуры: овал, круг, треугольник.

Степашка предлагает детям поиграть в игру «Чудесный мешочек».

Дети вынимают из мешочка по одному предмету, называют его, цвет, форму.

- Помидор - это овощ, красный, круглый.
- Яблоко - это фрукт, красное, круглое.
- Морковь-это овощ, оранжевая, треугольная. И т.д.

Дети берут с разноса геометрическую фигуру соответствующую вынутому предмету и прикрепляют на фланелеграфе под картинкой, на которой изображен овощ (фрукт) о котором идет речь.

Воспитатель: Вот мы рассказали Степашке, какие фрукты и овощи были у него в мешочке. А теперь давайте в подарок Степашке нарисуем овощи и фрукты на тарелочках.

Дети садятся за столы. Воспитатель предлагает детям нарисовать на своих тарелочках овощи или фрукты по выбору.

#### **Показ приемов работы.**

Воспитатель рисует на мольберте овощи, обращая внимание детей на расположение изображения на листе, тщательность промывания кисти при смене краски.

- Вот моя тарелочка наполнена полезными овощами (фруктами). А ваши? Они пустые? Пора и вам заполнить свои тарелочки.

Дети выполняют задание.

#### **Итог занятия. Выставка рисунков на стенде.**

Воспитатель: Какие свежие, красивые фрукты и овощи вы «собрали»! Дети, Степашка рассматривают рисунки. Степашка прощается с детьми и уходит с рисунками.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Подвижная игра «Репка»  
Группа «Цветик - Семицветик»**

г. Сургут 2015г.

## **Игра «Репка»**

Дети встают в круг, в центре сидит на корточках ребенок - «репка». Дети идут вокруг него под песню.

Репонька - ребенок

В земле засела крепко.

На грядке сидит, на всех глядит

*Подходят к репке и поднимают ее.*

Подошли детки,

Вытянули репку,

На ноги поставили,

Танцевать заставили.

Танцуй веселей,

Своих ножек не жалеи!

А теперь не зевай,

*Дети хлопают в ладоши, «репка» пляшет*

Покружиться приглашай!

«Репка» приглашает любого ребенка и, взяв его за обе руки,

начинает с ним кружиться.



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Конспект проведения сюжетно-дидактической игры  
«В гостях у Мишки»  
Группа «Цветик - Семицветик»**

г. Сургут 2015г.

**Цель игры:** в игровой форме закреплять знания детей об овощах, фруктах (названия, место произрастания), их пользе для здоровья. Формировать желание употреблять в пищу овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням. Развивать мелкую моторику. Развивать речевые и игровые умения детей. Развивать интерес к театрално-игровой деятельности. Воспитывать организованность, самостоятельность. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.

Словарная работа: названия овощей, фруктов; сад, огород; витамины; полезно для здоровья.

Звуковая культура речи: упражнять в произношении звука "р".

Грамматический строй речи: образовывать форму множественного числа существительных, обозначающих детёнышей животных, употреблять эти существительные в именительном и винительном падежах (медвежата - медвежат).

**Ход игры:** Воспитатель предлагает детям пойти в гости ... к медведю в лес, взяв с собой подарок (указывает на поднос, на котором лежат овощи, фрукты - муляжи). Дети рассматривают овощи, фрукты.

Игра "Где что растёт": воспитатель предлагает детям объединить растения по месту их произрастания (сад, огород). После игры воспитатель рассказывает о пользе витаминов, которые содержатся в овощах, фруктах. Дети собирают овощи, фрукты в корзину. Воспитатель подводит детей к "избушке" (в другом конце групповой комнаты), предлагает позвать медведя - порычать (дети произносят "rrr rrr"). Воспитатель: "Как тихо! Наверное, медведь не слышит. Давайте порычим громче", (дети громче произносят звуки).

Появляется медведь (ряженный взрослый), недовольно спрашивает: "Кто это меня тревожит?" Воспитатель: "Здравствуй, Мишенька! Почему ты такой грустный?" Медведь отвечает, что его детки стали часто болеть, выглядят нездоровыми, не растут. Воспитатель спрашивает медведя, чем питаются его

детки. Медведь отвечает, что его дети любят колбасу, мясо, конфеты, сгущенное молоко. "Выходят" медвежата (игрушки).

Игра "Где медвежата?". В игре дети образуют форму множественного числа существительного "медвежонок - медвежата"; употребляют существительное "медвежата" в винительном падеже - медвежат."

Воспитатель: "Всё понятно! Малышам-медвежатам не хватает витаминов."

"Чтобы быть здоровому,

Дары бери овощные, фруктовые!

Витаминная родня - дети солнечного дня!

Тот, кто много ест морковки,

Станет сильным, крепким, ловким.

А кто любит лук -

Вырастает быстро вдруг.

Кто капусту очень любит,

Тот всегда здоровым будет".

Воспитатель преподносит медведю и медвежатам корзину с овощами и фруктами.

Игра "Витаминная семья": воспитатель обращается к детям и "медвежатам".

"Чтобы это не забыть, нужно вместе повторить: тот кто много ест морковки

... "

Дети: "Станет сильным, крепким, ловким!"

Воспитатель: "Верно! А кто любит лук ..."

Дети: "Вырастает быстро вдруг!"

Воспитатель: "Так! Кто капусту очень любит ..."

Дети: "Тот всегда здоровым будет!"

Воспитатель: "Молодцы, дети", (обращается к мишке) " А ты, Мишка, всё понял про витамины?"

Игра "Угощайтесь, медвежата": дети играют ("кормят" медвежат овощами и фруктами), а воспитатель проговаривает стихотворение Е. Чарушина и

Е. Шумской:

"Послушай, мишка, не кушай лишка.

Живот разболится -

у кого будешь лечиться?"

Игра детей с медвежатами: инсценировка на стихи А.Каминчука

"Медвежата".

"Гуляет по лесочку

Семейство медвежат,

Под лапами листочки

И веточки хрустят.

Под ёлочкою сели

Решили отдохнуть,

Закрыли мишки глазки,

Им хочется вздремнуть.

Немного отдохнули

И снова в дальний путь.

Идут, ногами топают -

По лесу только хруст.

Пошло кругом веселье,

Медведей не унять,

Под ёлочкой зелёной

Все начали плясать".

Дети под фонограмму выполняют действия, соответствующие тексту.

Воспитатель и дети прощаются с медведем и медвежатами, напоминают, что нужно есть полезные для здоровья продукты, содержащие витамины (овощи, фрукты, ягоды, зелень) и "возвращаются" в детский сад.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 55 «УЛЫБКА»**

**(МБДОУ д/с № 55 «Улыбка»)**

**Конспект проведения дидактической игры**

**«Магазин полезных продуктов»**

**Группа «Цветик — Семицветик»**

г. Сургут 2015г.

**Цель игры:** в игре закрепить знания детей о полезных для здоровья продуктах питания (фрукты, овощи, ягоды, соки, каши, кефир, творог, молоко, рыба) и вредных для здоровья продуктах (конфеты, шоколад, пирожные, кока-кола, пицца и т.д.). Развивать игровые умения: умение объединяться в игре, распределять роли, поступать в соответствии с общим игровым замыслом. Развивать умение активно общаться в игре. Воспитывать умение соблюдать правила поведения в магазине: вежливо попросить, поблагодарить.

**Словарная работа:** названия продуктов питания.

**Звуковая культура речи:** совершенствовать отчётливое произношение слов. Грамматический строй речи: совершенствовать умение согласовывать слова в предложении; правильно использовать предлоги в речи.

**Ход игры:** воспитатель сообщает, что сегодня открылся новый магазин - "Магазин полезных продуктов" (до начала игры устроить витрину с товарами). Вспомнить с детьми правила поведения в магазине. Роль продавца берёт на себя воспитатель.

Игровые действия: "покупатель" вежливо здоровается с "продавцом" и просит его продать понравившийся товар, объясняя свой выбор ("мне, пожалуйста, яблочный сок, он очень полезен, в нём много витаминов"). Игра продолжается до тех пор, пока все её участники не сделают покупки.

Воспитатель обращает внимание детей на то, что в "Магазине полезных продуктов" не продаются конфеты, торты, пирожные, жвачка, пицца, кока-кола, фанта, чизбургеры ("почему? Потому что они вредны для здоровья").

Закончить игру можно объяснением: "Магазин закрывается на обед".

Продолжается самостоятельная игра: дети, "купившие" полезные продукты, угощают ими кукол.