Занятие: "Путешествие за витаминами".

**Программное содержание:**

Уточнить знания детей о пользе овощей и фруктов для здоровья..

Закреплять представления детей о роли витаминов в здоровье человека..

Помочь осознать взаимосвязь между действием витаминов и физкультурой на организм человека.

Упражнять детей в образовании существительных с уменьшительно-ласкательными суффиксами. Совершенствовать слоговую структуру слова.

Закреплять у детей умение разгадывать загадки (овощи, фрукты); выполнять основные виды движений (подлезание, равновесие, координация).

Коррекционая задача: развивать у детей логическое мышление, координацию движения. Коррекция эмоционально волевой сферы.

**Материал:**

1.Овощи и фрукты.

2 Кубики, дуги, веревка, замок, шапочки А, В ,С.

3. Две корзины.

4.Мультимедийная установка. (Слайд презентация)

**Предварительная работа:**

Беседа об овощах и фруктах.

Дидактическая игра: "Разложи овощи и фрукты в корзины".

Рассматривание иллюстраций (продукты питания, овощи, фрукты).

Чтение: «Витаминная сказка».

Беседа: «Где прячутся витамины?».

**Ход  занятия:**

**I. Организационный момент.**

(дети стоят полукругом)

**-Воспитатель:** Здравствуй ребята! Сегодня на улице холодно, а в нашей группе светло и тепло. А тепло нам от наших улыбок, ведь каждая улыбка – маленькое солнышко, от которого становится тепло и хорошо. Поэтому мы будем чаще улыбаться. Давайте улыбнемся и подарим хорошее настроение друг другу. (жестом) На нашем занятии вас ждут волшебные путешествия, увлекательные игры и ещё много чего интересного. Я хочу, чтобы у вас всё получилось, и целый день было хорошее настроение.

(дети садятся на ковёр на подушки)

**II. Основная часть.**

-**Воспитатель:** Сначала мы с вами отправляемся в путешествие по необыкновенному городу. Называется он "Витаминки". Это не простой город, в нем живут разные витамины, у которых есть имена. Зовут их так: "А", "В" и "С". А домиками для них являются разные продукты, которые мы с вами видим и едим. Дети, посмотрите на экран и назовите продукты, которые здесь изображены

Показ слайда.

(Дети называют: мясо, рыба, масло, сыр, хлеб, яйца).

**-Воспитатель:** Во всех перечисленных продуктах находятся наши витамины "А", "В" и "С". Поэтому все эти продукты очень важны и полезны для здоровья человека. Но больше всего витаминов в овощах и фруктах. Встали, покружились в городе «Витаминки очутились». Вот и чудесный город «Витаминки» Давайте поближе познакомимся с ними. В зеленом домике живет витамин «С». Посмотрите, он нас встречает.

Выходит ребёнок в шапочке витамина «С».

**-Витамин "С":** Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен Я Витамин «С» – Меня называют витамином здоровья.

А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(Загадывает загадки, дети отгадывают, на экране в домике зеленого цвета появляются отгадки - лимон, лук, апельсин, огурец).

Заставит плакать всех вокруг,

Хотя он не драчун, а **...лук**

На июльской грядке

Все у нас в порядке

Строем словно молодцы

Зеленеют **...огурцы**

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**

А сейчас нас встречает следующий Витамин "А" он живёт в красном домике.

Выходит ребёнок в шапочке витамина «А».

**-Витамин "А":** Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен Я - Витамин "А". Меня ещё зовут витамином роста. А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(загадывает загадки, дети отгадывают, и на экране в домике красного цвета появляются отгадки морковь, помидор, капуста).

Чья коса лежит на грядке?

Где оранжевые пятки?

В землю спрятала плутовка

Витаминная **морковь**

Он круглый и красный, Как глаз светофора.

Среди овощей

Нет сочней **помидора**

С королевой овощей

Подружитесь поскорей!

На столе не будет пусто,

Если в доме есть**... капуста**

**-Воспитатель:** А вот ещё один полезный витамин "В". Он живет в синем домике. Выходит ребёнок в шапочке витамина «В».

**-Витамин "В":** Если вы хотите быть сильными и иметь хороший аппетит, не хотите

огорчаться и плакать по пустякам, быть в хорошем настроении, вам нужен Я - Витамин "В". А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(Загадывает загадки, дети отгадывают, на экране в домике синего цвета появляются отгадки – свекла, груша, банан).

Хоть на вид и неуклюжа

Но очень вкусненькая **груша**

Знают этот фрукт детишки, Любят есть его мартышки.

Родом он из жарких стран.

В тропиках растет …**банан**

Ты кругла, вкусна, красива!

Ты сочна, ну просто диво!

Разукрасить нас смогла,

А зовут тебя... **свекла**

**-Воспитатель**: Итак, дети, каждому человеку, чтобы хорошо расти, быть сильным и крепким, не болеть, иметь здоровые зубы, быстрее выздоравливать, нужны ЧТО?

**-Дети:** «Витамины!»

**-Воспитатель:** Ребята, если витаминов больше всего в овощах и фруктах, где мы их можем взять?

**-Дети:** В магазине, на рынке, в саду, в огороде.

**-Воспитатель:** Правильно. Я предлагаю продолжить путешествие по городу и отправиться за витаминами на огород.

(звучит голос)

-**Витаминоед:** Стойте!!! Я Великий Витаминоед,

Витамины ем на ужин и в обед.

Мне без них нет жизни никакой,

Поищите лучше огород другой!

**-Воспитатель:** Что же делать? Может, мы попросим Витаминоеда, чтобы он нас пропустил?

**-Дети** просят: - Витаминоед, миленький, пропусти нас в огород. Мы хотим набрать овощей и фруктов, потому что там много витаминов.

**-Витаминоед:** Вы такие крепкие, сильные, щечки розовые, а я такой несчастный, ем витамины целыми днями, жевать устал, а все такой же хиленький, слабенький, ложка из рук падает. Вот если вы мне поможете, тогда я вас пущу.

**-Воспитатель:** Мне-то все ясно, а вы догадались, почему он таким стал? Что ему нужно сделать, чтобы стать здоровым и сильным, кроме того, что есть витамины?

**-Дети:** Делать зарядку, заниматься спортом, закаляться:

**Воспитатель:** Поможем, ребята?

**Ответы детей.**

**-Витаминоед:** Вы такие добрые, хотите мне помочь, а я вот хотел вам навредить и путь в огород заколдовал. Но, думаю, что с помощью воспитателя вы преодолеете все трудности.

**-Воспитатель:** Отправляемся в путь, но нам надо преодолеть препятствия, чтобы попасть на огород. Перед нами болото, надо по кочкам чтобы перейти его.

(Упражнение на равновесие: на полу кубики, дети идут по кубикам).

**-Воспитатель:** Ура! Первое испытание пройдено. Ребята, я вижу, дальше дорога идёт по обрыву. Смотрите, не соскользните, идите строго по верёвке.

( Упражнение на координацию движения: ноги ставятся на верёвку, а руки слева и справа от неё. Следить, чтобы ноги не соскользнули с верёвки ).

**-Воспитатель:** - Ой, как страшно было идти по обрыву, но мы преодолели это испытание. Посмотрите, какая поляна, видимо на этой поляне все отдыхают и расслабляются, давайте и мы немного отдохнем.

(дети ложатся на ковёр под спокойную музыку расслабляются)

Релаксация:

Ресницы опускаются…

Глаза закрываются…

Мы спокойно отдыхаем… (2р.)

Сном волшебным засыпаем…

Наши руки отдыхают.

Тяжелеют, засыпают…(2р.)

Шея не напряжена,

А расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются…

Так приятно расслабляются. (2р.)

Дышится легко… ровно… глубоко…

Мы чудесно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Хорошо нам отдыхать,

Но пора уже вставать.

Крепче кулачки сжимаем.

Их повыше поднимаем.

Потянулись, улыбнулись! И совсем уже проснулись!

(пока дети отдыхают поставить дуги)

**-Воспитатель:** Ну что, отдохнули? Пора отправляться дальше в путь. Посмотрите впереди заросли шиповника. Они колючие поэтому, когда будете проползать, наклоняйтесь ниже, не поцарапайте спину.

(подлезание под дугами на маленьких четвереньках).

**-Воспитатель:** Вот мы и добрались до огорода, но здесь висит замок. Что же делать?

**-Ответы детей.**

**-Воспитатель:** Давайте попросим Витаминоеда открыть замок.

**-Витаминоед:** Для того, чтобы открыть этот замок, вы должны назвать овощи, которые растут в огороде, но только ласково. Например, морковь - морковка.

Дидактическая игра. « Назовите ласково».

-Дети называют.

**-Витаминоед:** Ой, ребята, беда тучи закрыли солнце, я ничего не вижу. Разгоните тучи, и я тогда смогу открыть замок.

Дыхательное упражнение. Ноги на ширине плеч, вдох - через нос, руки плавно через стороны вверх ко рту, пальцы расставить, выдох – руки плавно через стороны вниз.

(звучит голос)

**Витаминоед:** - Спасибо, ребята, я понял, что нужно делать, чтобы быть сильным и здоровым. Теперь я буду делать зарядку, заниматься физкультурой и есть свои любимые витамины. Проходите в огород, и угощайтесь моим урожаем.

В это время замок на воротах открывается. Дети подходят к «огороду».

**-Воспитатель:** Как много овощей в огороде ребята, назовите их.

-Ответы детей.

**-Воспитатель:** А теперь назовите фрукты в саду.

-Ответы детей.

**-Воспитатель:** Давайте соберём их и сделаем в группе салат. Фрукты в одну корзину овощи в другую.

Дети собирают овощи и фрукты

А теперь нам надо возвращаться в группу, посмотрите, на нашем пути нет никаких препятствий. И мы сейчас быстро дойдём. Вокруг себя обойдём и в группу попадем.

(проходят на ковёр)

**III. Итог.**

- О каких витаминах мы сегодня говорили?

- В каких продуктах они встречаются?

- Какую пользу они приносят?

(Дети отвечают на вопросы).

**-Воспитатель:** Ребята, вы молодцы - не только сами вспомнили, что нужно делать, чтобы быть здоровыми, но и научили Витаминоеда. Теперь мы все будем сильными и здоровыми.

-А что вы скажете нашим гостям?

-Помни истину простую – лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую, или пьёт морковный сок.

-Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам, и не только по утрам.

Рыбий жир всего полезней, хоть противный – надо пить.

Он спасает от болезней, без болезней лучше жить.

От простуды и ангины помогают апельсины,

Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

Вы попробуйте решить нехитрую задачку,

Что полезнее жевать – репу или жвачку.

**-Витамин "С":** Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен Я Витамин «С» – Меня называют витамином здоровья.

А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(Загадывает загадки, дети отгадывают, на экране в домике зеленого цвета появляются отгадки - лимон, лук, апельсин, огурец).

Заставит плакать всех вокруг,

Хотя он не драчун, а **...лук**

На июльской грядке

Все у нас в порядке

Строем словно молодцы

Зеленеют **...огурцы**

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**

**-Витамин "А":** Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен Я - Витамин "А". Меня ещё зовут витамином роста. А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(загадывает загадки, дети отгадывают, и на экране в домике красного цвета появляются отгадки морковь, помидор, капуста).

Чья коса лежит на грядке?

Где оранжевые пятки?

В землю спрятала плутовка

Витаминная **морковь**

Он круглый и красный, Как глаз светофора.

Среди овощей

Нет сочней **помидора**

С королевой овощей

Подружитесь поскорей!

На столе не будет пусто,

Если в доме есть**... капуста**

**-Витамин "В":** Если вы хотите быть сильными и иметь хороший аппетит, не хотите

огорчаться и плакать по пустякам, быть в хорошем настроении, вам нужен Я - Витамин "В". А в каких овощах и фруктах я нахожусь, вы узнаете, когда отгадаете мои загадки.

(Загадывает загадки, дети отгадывают, на экране в домике синего цвета появляются отгадки – свекла, груша, банан).

Хоть на вид и неуклюжа

Но очень вкусненькая **груша**

Знают этот фрукт детишки, Любят есть его мартышки.

Родом он из жарких стран.

В тропиках растет …**банан**

Ты кругла, вкусна, красива!

Ты сочна, ну просто диво!

Разукрасить нас смогла,

А зовут тебя... **свекла**

-Помни истину простую – лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую, или пьёт морковный сок.

-Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам, и не только по утрам.

Рыбий жир всего полезней, хоть противный – надо пить.

Он спасает от болезней, без болезней лучше жить.

От простуды и ангины помогают апельсины,

Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

Вы попробуйте решить нехитрую задачку,

Что полезнее жевать – репу или жвачку.

ф

Ресницы опускаются…

Глаза закрываются…

Мы спокойно отдыхаем… (2р.)

Сном волшебным засыпаем…

Наши руки отдыхают.

Тяжелеют, засыпают…(2р.)

Шея не напряжена,

А расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются…

Так приятно расслабляются. (2р.)

Дышится легко… ровно… глубоко…

Мы чудесно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Хорошо нам отдыхать,

Но пора уже вставать.

Крепче кулачки сжимаем.

Их повыше поднимаем.

Потянулись, улыбнулись! И совсем уже проснулись!