**Занятие по познавательному развитию**

**Тема: «Витамины укрепляют организм»**

**Цель:** Познакомить с понятием «витамины», закрепить знания необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины; воспитывать у детей культуру питания, чувство меры.

**Материал:** кукла Заболейкин, картинки продуктов, «времена года», перчатки «витаминки», сироп из шиповника, чайник, стаканчики, стол, скатерть, материал из ситца, витамины в таблетках, салфетки, доска.

**Ход занятия:**

- Сегодня к нам на занятию пришел в гости мальчик Аяс-оол Заболейкин. Давайте поприветствуем и познакомимся.

- Аяс-оол, какое у тебя красивое имя, а фамилия интересное, Заболейкин!

- Почему фамилия Заболейкин?

Заболейкин: А мне моя фамилия подходит, потому что я постоянно болею.

Сегодня я пойду в садик, а завтра я могу заболеть и не пойти в детский сад.

- С тобой что-то непонятное происходит, Аяс-оол. Дома будет тебе скучно, потому что не поиграешь с друзьями, не участвуешь на занятиях.

- Дети, а вы любите болеть?

- Да мы иногда болеем, но нам хочется всегда быть всегда здоровыми.

- Сейчас я вам открою секрет здоровья. Если вы хотите быть всегда веселыми, стойкими, здоровыми и никогда не болеть никакими болезнями, постоянно принимайте витамины.

- Сегодня на этом занятии мы узнаем, что такое витамины и какую пользу приносят витамины человеку.

Витамины очень полезны для нашего организма. Мы получаем витамины из солнечных лучей, из продуктов которых мы кушаем. Они полезны для нашего роста и развития. Если мы не будем принимать витамины, то будем вялыми, уставшими и будем постоянно болеть.

1. «Работа с картинками»

-Посмотрите на рисунок. Кто знает, какая это буква? (ответы детей)

Существует много витаминов, и поэтому их сгруппировали по буквам.

Это витамин «В»

-Какие продукты относятся к витамину «В»? (показ рисунков)

- Это какая буква? (ответы детей)

-Какие продукты относятся к витамину «С»? (показ рисунков)

Физминутка «Стройте вы дом для себя»

2. Работа с картинками «Времена года»

Летом и осенью мы получаем много витаминов из солнечных лучей получаем витамин «Д», а из овощей и фруктов получаем витамин «С», «А», «Е» . Зимой и весной витаминов у нас в организме не хватает, потому что солнце плохо греет. В овощах и фруктах витаминов становится мало, и поэтому мы должны принимать дополнительно поливитамины, которые продаются в аптеках.

3. «Живые витаминки»

4. Познакомить с лекарственными свойствами шиповника, и налить детям сок шиповника.

5. Подвижная игра «Витаминчики»

6. Закрепление:

- Что мы сегодня узнали на занятии?

- Что вам было интересно?

- Какую пользу приносят человеку витамины?

- Аяс-оол, ты понял пользу витаминов для нашего организма?

- Спасибо дети, принимайте витамины, они очень полезны для нашего здоровья.