**Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

 **по теме «Путешествие в страну «Витаминию».**

**Образовательная область:** «Познание. Формирование целостной картины мира».

**Интеграция образовательных областей:** «Познание», « Коммуникация», «Художественное творчество», «Физическая культура», «Труд», «Здоровье».

**Задачи:**

Образовательные:

- Познакомить детей с понятием “витамины”, сформировать у них представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержаться витамины.

- Формировать представления о своем организме; закрепление знания о том, что предметы можно узнать по внешнему виду, запаху, вкусу, упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху. - Формировать умения выделять полезные и вредные для здоровья продукты. - Познакомить детей с основными витаминами "А" и "С", в каких продуктах они содержатся, какую роль играют для здоровья человека. - Дать детям представление о пользе овощей и фруктов для организма человека. - Закрепить у детей умение разгадывать загадки (овощи, фрукты).

Развивающие: - Развивать познавательно - исследовательские способности у детей, интерес к окружающему миру, видеть его многообразие. - Развивать внимание, мышление, память и воображение, речь, восприятие. - Развивать координацию движения. - Побуждать детей отвечать на вопросы; делать выводы и умозаключение.

Воспитательные: - Воспитывать умение решать проблемные задачи сообща, чувство сопереживания, желание прийти на помощь. - Воспитать у детей культуру питания.

Материалы и оборудование:

Атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Корабль»; запись релаксирующей музыки «Шум моря»; костюм «Витаминки»; загадки (фрукты и овощи); картинки овощей и фруктов на липучке; ватман (таблица домик витаминов А и С); эмблемы с Буквами А и С (по количеству детей); разрезные картинки «Овощи», « Фрукты»; лимон; яблоко; коробочка с отверстиями; ватман 2 шт.; карандаши; мелки; фломастеры;

###

###  Формы работы:

### 1.Приглашение в путешествие.

### 2.Игра - релаксация «Корабль».

### 3.Д/И «Загадки - отгадки».

### 4.П/И « Найди свою семью».

### 5.Д/И «Разрезные картинки».

### 6. Д/И «Узнай по запаху и вкусу».

7. Игра «Придумай своё блюдо». 8.Итог.

###

###  Непосредственно образовательная деятельность.

**Воспитатель**: Ребята, сегодня я получила приглашение в страну «Витаминию». А вы хотите узнать об этой стране?

Ответы детей.

Желаете вы поехать со мной в эту необычную страну?

Ответы детей.

Туда можно добраться только по воде. Как вы думаете, на каком транспорте можно добраться?

Ответы детей.

Я предлагаю вам поплыть на корабле. Усаживаемся поудобней, закрыли глаза, внимательно слушаем. (Релаксирующая музыка «Шум моря»).

Открыли глаза. Вот мы и приплыли.

Детей встречает персонаж Витаминка.

Здравствуйте ребята! Меня зовут Витаминка. Я хозяйка страны «Витаминия». А вы знаете, что такое витамины?

Ответы детей.

Молодцы! Витамины – это такие вещества, которые помогают детям и взрослым, расти крепкими и здоровыми. И растения, и животные сами могут вырабатывать витамины, а вот человек этого делать не может. Поэтому человек должен получать витамины с пищей. А вы знаете, в каких продуктах есть витамины?

Ответы детей.

Правильно! Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах питания, которыми питаются люди. У каждого витамина есть своё имя. Сейчас мы с ними познакомимся. Это витамин А. Обозначается он буквой А. Внимательно посмотрите вот здесь он живет ( таблица - домик). Витамин А содержится вот в каких продуктах (воспитатель показывает на продукты группы А) .

 А это витамин С. Обозначается он вот такой буквой С и живет он вот в этом домике. И содержится вот в каких продуктах (воспитатель показывает на продукты группы С). Ребята, а вы любите отгадывать загадки?

Ответы детей.

Вот послушайте и отгадайте:

Сидит девица в темницы.
А коса на улице (морковь).

(Дети отгадывают и выставляют на мольберт морковь в специальную таблицу витаминов).

Этот овощ вот уж диво,
Круглый, вкусный и красивый,
Приготовим с ним обед,
Борщик или винегрет. (Свекла)

Загляни в осенний сад. Чудо - Мячики висят. Красноватый, спелый бок Ребятишкам на зубок. (Яблоко)

Дом зеленый тесноват:
Узкий длинный, гладкий.
В доме рядышком сидят
Круглые ребятки.
Осенью пришла беда –
Треснул домик гладкий,
Поскакали кто, куда
Круглые ребятки (Горох).

 Золотистый и полезный, Витаминный, хотя резкий,
Горький вкус имеет он.
Когда чистишь – слезы льешь.
(Лук)

Хорошо! Молодцы! Давайте назовем продукты, где есть витамин А.

Ответы детей.

А теперь, где есть витамин С.

Ответы детей.

А вы хотите стать витаминками?

Ответы детей.

Какими А или С?

Ответы детей.

Возьмите карточки с названиями витаминов и найдите свою семью.

Хорошо! Ребята сегодня у нас в стране был сильный ветер и все картинки перепутались. Что же мне делать?

Ответы детей.

А вы поможете мне их собрать?

Ответы детей.

Дети собирают разрезные картинки по подгруппам – семьям.(группа витаминов А и группа витаминов С).

Спасибо за помощь! А что изображено на картинке?

Дети рассказывают.

Хотите со мной поиграть?

Ответы детей.

Тогда присаживайтесь на витаминную поляну. У меня есть коробочка. Я предлагаю вам понюхать и определить что там? (яблоко)

Ответы детей.

А сейчас предлагаю попробовать на вкус то что я вам дам. Закройте глаза. ( Раскладывает кусочки лимона детям в рот).

Что это? Какой на вкус?

Ответы детей.

Молодцы!

У вас на столах лежат продукты. Вы по семьям придумаете и нарисуете блюдо из них, назовите его, как захотите и потом расскажите нам, что у вас получилось.

Дети рассказывают о своих блюдах.

Спасибо ребята, что посетили мою страну. У меня для вас ещё один маленький сюрприз (достает витаминки и раздает детям. Прощается. )

Воспитатель и дети садятся на корабль. Закрывают глаза и возвращаются в детский сад.

Воспитатель: Ребята, где вы побывали? Что понравилось? Что будем делать с вашими блюдами?

Ответы детей.

Помни истину простую –
Лучше видит только тот,
Кто жуёт морковь сырую
Или сок морковный пьют.

От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.

Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А,В,С.

Вы сегодня были просто молодцы! У меня для вас есть небольшой сюрприз (воспитатель раздает витаминку).

А сейчас мы с вами вернемся в детский сад. Усаживаемся на ковер - самолет, закрыли глаза и полетели. А сейчас присаживайтесь за столы. На столе лежит соленое тесто нескольких цветов. Детям предлагается слепить полезные продукты, где содержатся витамины, про которые мы сегодня говорили, и потом назвать какие витамины в них есть.