Конспект образовательной деятельности

« Страна Витаминия»

(для детей средних и старших групп)

Задачи: дать детям представление о витаминах; расширить представление об овощах и фруктах, об их пользе; активизировать словарный запас, внимание и память детей, развивать логическое мышление; формировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья человека от правильного питания; учить сравнивать, анализировать, устанавливать причинно-следственные связи; закрепить представления о значении свежих плодов для здоровья людей; учить делать витаминный салат; продолжать вызывать у детей интерес к лепке; вызвать желание заботиться о своем здоровье.

Предварительная работа: Изучение темы «Овощи», «Фрукты», «Уход за овощами и фруктами»; рассматривание картин «Сад», «Огород»; сюжетно – ролевые игры: «Магазин». «Семья», «Детский сад», «Дочки-матери»; дидактические игры: «Собери урожай», «Времена года», «Узнай на ощупь», «Узнай по запаху», «Угадай на вкус», «Чудесный мешочек»; посадка овощей на огороде, наблюдение за ростом овощей, сбор урожая; хоровод «Урожай собирай», «Огородная-хороводная»; подвижные игры «Собери урожай», «Садовник».

Оборудование: корзинки, фрукты, овощи, подносы, тарелки, принадлежности для приготовления салата, пластилин, доски.

Виды детской деятельности: игровая, продуктивная, коммуникативная, познаватель-исследовательская.

Содержание организационной деятельности.

1. Организационный момент.

Воспитатель. Ешьте овощи и фрукты -

Это лучшие продукты.

Вас спасут от всех болезней,

Нет вкусней и нет полезней.

Подружитесь с овощами,

И с салатами и с щами.

Витаминов в них не счесть.

Значит, нужно это есть!

2. Рассказ воспитателя о витаминах.

Слово витамин придумал американский ученый – биолог Казимир Функ. Он открыл, что вещество (амин), содержащееся в оболочке рисового зерна, жизненно необходимо людям. Соединив латинское слово vita (жизнь) со словом «амин», получилось слово «витамин». Детям 6 лет надо съедать в день 500-600г овощей и фруктов. Фрукты, овощи, ягоды – основные источники витаминов. Вот почему овощи, фрукты, ягоды должны быть на столе ребенка ежедневно. Витамин А – это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам сохранять зрение. Он содержится в моркови, зеленом луке. Витамин Д сохраняет нам зубы. Без него зубы становятся хрупкими и мягкими. Его много в петрушке, грибах, картофеле, семечках. Загорая на солнце, мы тоже получаем витамин Д. Витамин С прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах и фруктах. Витамин Б можно найти в репе, моркови, картофеле, капусте, томатах, яблоках, апельсинах, фасоли, кукурузе, горохе.

3.Рассматривание, обследование и описание плодов.

Воспитатель вносит корзину с овощами и фруктами. Достает их и передает детям. Просит каждого осмотреть, ощупать, погладить и понюхать плод. Затем, уточнив название плода предлагает сказать, какая у него форма, поверхность, какого он цвета и чем он пахнет. В конце осмотра кладет плоды на поднос со словами: «На этот поднос мы будем складывать фрукты, а на другой – овощи». Когда все плоды будут осмотрены, воспитатель уточняет, где лежат овощи, а где – фрукты, обращает внимание на красоту каждого плода. Затем воспитатель предлагает детям распределить плоды по цвету: на одну тарелку положить красные плоды, на другую - желтые, а на третью – зеленые. Дальше воспитатель просит воспитанников разложить плоды иначе, по форме: круглые – на одну тарелку, продолговатые – на другую. После уточнения дает другое задание: распределить плоды по вкусу: сладкие и несладкие.

4. Загадывание загадок об овощах и фруктах.

Как на нашей грядке Красное, румяное

Выросли загадки - Я расту на ветке.

Сочные да крупные. Любят меня взрослые

Вот какие круглые. И маленькие детки.

Летом зеленеют, (Яблоко)

К осени краснеют. Летом в огороде

(Помидоры) Свежие, зеленые,

Весной одну закапывают, А зимою в бочке

А осенью семью получают. Крепкие, соленые.

(Картофель) (Огурцы)

Красная мышка, Расселась барыня на грядке,

С белым хвостом. Одета в шумные шелка.

В норке сидит Мы для нее готовим кадки

Под зеленым кустом. И крупной соли полмешка.

5. Оздоровительная минутка «Вершки – корешки».

Воспитатель называет овощи, дети приседают: если овощ растет в земле, если овощ растет на грядке, дети встают во весь рост и поднимают руки вверх. (Картофель, морковь, помидор, огурец, тыква, свекла, репа).

6. Приготовление витаминного салата.

Воспитатель сообщает, что из фруктов и овощей готовят разные блюда. Рассказывает, что из свежих плодов часто делают салаты. В них много витаминов, которые полезны для здоровья. Особенно полезны свекла, морковь, яблоки, капуста. Поэтому салат, который мы с вами будем готовить, называется «Витаминный». Воспитатель напоминает, что при приготовлении еды нужна аккуратность: чистая посуда, овощи и фрукты моют и чистят, руки моют с мылом. Грязные овощи и фрукты опасны для здоровья, с ними в организм человека может попасть инфекция, которая вызовет серьезную болезнь. Воспитанники моют руки, Воспитатель распределяет работу: одни шинкуют капусту, другие трут морковь, свеклу, третьи режут яблоки. Измельченные продукты складывают в блюдо. Воспитатель добавляет сахар, немного соли, подсолнечное масло, перемешивает. Раскладывает салат на блюдца к обеду. Во время обеда воспитатель объясняет, что салат – это холодное блюдо, его едят вначале, овощи и фрукты в нем свежие , невареные.

7. Лепка.

Воспитатель предлагает слепить овощи и фрукты для игры в «Магазин».

8. Рефлексия.

Воспитатель: «Что мы сегодня делали?», «Что было самым интересным?», «Что вызвало трудности?».

Литература.

1. Масалова Л.Л. Я и мир. Санкт-ПетербургДетство-Пресс,2011.

2. Л.Г. Горькова, А.В. Кочергина, Л.А. Обухова Сценарии занятий по экологическому воспитанию. – М.: ВАКО, 2010. – 240с.