**Цель:** Развитие у детей понимания пользы овощей.

**Задачи:**

 Образовательные:

* Углублять знания детей об условиях, необходимых для роста и развития овощей.
* Формировать представление о том, что здоровье человека зависит от правильного питания;.
* Познакомить с приемом приготовления вкусной и здоровой пищи.

Развивающие:

* Развивать знания детей об экологических связях между живой и неживой природой.
* Закреплять умение правильно называть овощи и давать им характеристику.
* Развивать у детей творческую инициативу, мышление, фантазию.

Воспитательные:

* Воспитывать умение работать в команде.
* Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему организму.
* Воспитывать любознательность, умение внимательно слушать.

**Форма проведения:** познавательное занятие

**Место проведения:** комната отдыха семьи

**Практическая реализация:**

данное занятие может быть использовано воспитателями, вожатыми, учителями начальных классов, ПДО.

**Материалы и оборудование:**

Семена подсолнечника, лейка, «волшебная палочка».

Корзина с яблоками и морковью;

Тарелка с готовым салатом, терки, разделочные доски, ложка, вилки, тарелки, мыло, полотенца.

**Продолжительность мероприятия**: 25-30 мин.

**План мероприятия:**

1.Приветствие. Объявление цели занятия.

2.Основная часть мероприятия.

3.Заключительная часть.Рефлексия.

**Методы и приёмы:** Наглядные (показ, демонстрация) ;

 *Словесные* (беседа, художественное слово, логические рассуждения, вопрос – ответ) .

*Игровые* (дидактические игры, сюрпризный момент, словесные игра) .

 *Практические* (упражнения, экспериментирование) .

**Предварительная работа**: Беседа о росте и развитии растений.

 Беседа о значении питания в жизни человека .

Беседа по теме «Фрукты и овощи».

Беседа по теме «Живые витаминки».

Чтение художественной литературы: «Азбука здоровья».

Разучивание игр с использованием опорных схем.

Рассматривание познавательных рисунков.

Разучивание дидактических и подвижных игр.

**Здоровьесберегающие технологии**:

Определение предметов на ощупь.

Психогимнастика «Расти семечко».

 Использование ожерелья из чеснока для профилактики простудных заболеваний.

Упражнение на создание положительного эмоционального настроения.

**Средства обучения**: Демонстрационный материал (деревья для интерьера, домик с дверью)

 Д/игра «Узнай на ощупь» (овощи натуральные: капуста, лук, чеснок, перец, картофель, свекла, морковь; фрукты: яблоки, груши, лимон, чудесный мешочек) .

Картинки (опорные схемы: солнце, почва, воздух, туча, дождевой червь, птицы, пчелы)

Сл/игра «Отгадай загадки» (картинки с изображением овощей)

 Ожерелья из чеснока;

**Игровое упражнение:** «Готовим салат

Музыкальное сопровождение

**Ход мероприятия:**

**1.**

**Воспитатель:**

-Здравствуйте, ребята!

(*Упражнение на создание положительного эмоционального настроения.* - - --- Сегодня вы пришли на занятие, каждый со своим настроением. У кого – то оно хорошее, у кого - то не очень. Вот сейчас мы с вами станем в круг и подарим друг другу добрую улыбку и тепло своих рук.

Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие – «Волшебную страну овощей». Но попасть туда не просто. Для этого нужно отгадать загадки и тогда наш волшебный домик повернется и пропустит нас в волшебную страну.

 ***Словесная игра «Отгадай загадки»***

-Здравствуйте, ребята! Сегодня мы на занятии отправляемся в путешествие в необычную страну- страну овощей. Какие овощи вы знаете? Молодцы! А сейчас отгадайте-ка загадки.

*Загадки:*

Маленький, горький, луку брат (чеснок)

Над землей трава,

Под землей – алая голова, (свекла)

Весной одну закапывают,

А осенью семью получают (картофель)

 Телятки гладки, привязаны к грядки (огурцы)

Как на нашей грядке выросли загадки.

Сочные да круглые, красные и крупные (помидор)

Сарафан на сарафане.

Платьице на платьице,

 А как станешь раздевать –

Досыта наплачешься (лук)

Сто одежек и все без застежек (капуста)

Сидит девица в темнице,

А коса на улице (морковь)

 Дети отгадывают загадки, а воспитатель показывает картинки – отгадки.

-Молодцы, ребята. Как много вы знаете овощей. И теперь наш волшебный домик пропустит нас в страну овощей. (Звучит музыка и в домике открывается дверь) Мы с вами попали в «Волшебную страну овощей»

 А сейчас скажите, где растут овощи? –( в огороде).

 А что такое огород? – (это дом для растений и овощей).

 А где в огороде растут овощи? – (на грядке, в теплице).

Интересно, что помогает расти овощам?

***Упражнение на развитие логического мышления «Помощники растений» (по опорным схемам) .***

Солнце - греет землю, дает свет;

Почва – она их кормит питательными веществами, в почве находятся корни растений.

Воздух – нужен для дыхания;

Туча – из тучи дождик поливает растения, они пьют воду, омывают свои листочки;

Дождевой червь – рыхлят землю, для того, чтобы к растениям лучше проходили вода и воздух;

Что делают птицы на огороде? - уничтожают гусениц, тлю, вредных насекомых

Как вы думаете, птицы могут принести вред? – могут склевать семена и ростки растений.

А что делают на огороде пчелы? - собирают пыльцу, переносят ее с цветка на цветок, опыляют растения, чтобы получился плод.

 - Вот видите, дети, сколько помощников у овощей. И все они помогают вырасти им большими и вкусными.

А кому нужны овощи? – (человеку, животным).

Зачем они нужны животным? – (капусту и морковь любят зайцы, картошкой, свеклой кормят домашних животных).

А зачем овощи нужны человеку? – (из них готовят супы, борщи, салаты, консервируют).

- Как вы думаете, почему овощи нужно употреблять в пищу? – (в них много витаминов, если их есть, будешь здоровым и сильным).

- Дети, а какие овощи нужно есть, чтобы не заболеть? – (лук, чеснок). Правильно.

- А еще, чтобы отпугивать болезни можно сделать вот такое ожерелье из чеснока, и тогда все микробы будут от вас убегать. В овощах очень много разных витаминов А, Б, С, Д, Е. Есть овощи нужно каждый день и тогда никакие болезни вам не страшны.

А сейчас мы с вами поиграем.

**Дидактическая игра «*Узнай на ощупь*».**

 -Вот у меня в руках мешочек, а в нем лежат овощи. Вы должны просунув руку в мешочек, взять овощ и не глядя, назвать и описать его.

По окончанию игры предложить детям ответить на вопросы:

В какой стране мы находимся? Что мы здесь увидели? Зачем нужны овощи?

А теперь я стану волшебницей и всех вас превращу в семена, из которых вырастают растения. Каким семечком вы хотите быть? (дети предлагают)

**Психогимнастика «*Расти семечко*»**

 Семена лежат в земле, им тепло и уютно - дети сидят на корточках, обхватив колени руками.

Пригрело солнышко, и у семечка появился маленький росточек - дети медленно привстают и слегка приподнимают руки.

Прошёл тёплый, весенний дождик и росточек стал расти все быстрее и быстрее - дети приподнимаются ещё.

Вот уже появились листочки - дети выпрямляют ноги в коленях и широко расставляют руки.

Росточек превратился в красивое растение, его листочки потянулись к солнышку и легкий ветерок заиграл с ними - дети поднимают руки вверх и раскачивают ими.

- Мы с вами уже говорили о том, что овощи очень полезны, и их обязательно надо употреблять в пищу. И вот сейчас все вы превратитесь в поваров и сами сделаете вкусный и полезный салат из моркови.

**Практическое упражнение «*Приготовим салат*»**

 -Ребята, скажите пожалуйста, что нужно сделать перед тем как начать готовить салат?

- Правильно, нужно обязательно вымыть руки с мылом, чтобы уничтожить всех микробов. (Дети надевают фартуки и колпаки, моют руки с мылом)

- Но прежде чем вы приступите к приготовлению салата, скажите пожалуйста, нужно ли быть осторожным при работе с терками и почему (дети высказывают свои мнения по заданному вопросу)

В течении процесса приготовления салата дети и воспитатель обсуждают рецепты салата (добавлять сахар или яблоко.) Делают вывод о том, что полезнее для организма яблоко – сахар вредит зубам.

**Воспитатель:**

-Ну вот, ребята, наш вкусный и витаминный салат готов. Давайте угостим им наших гостей. Нам пора возвращаться из «Волшебной страны овощей» в детский сад. (Звучит музыка, воспитатель машет «волшебной палочкой», дети проходят в открытую дверь домика и угощают гостей салатом).

**Воспитатель:**

-Ну вот и закончилось наше путешествие. Теперь мы знаем все об овощах и как они полезны. Благодарю всех за сотрудничество!