***Конспект НОД для детей средней группы***

***«Витамины и полезные продукты»***

*Подготовила и провела:*

*воспитатель*

*МБДОУ ЦРР – детский сад № 180 г.о.Самара*

*Чаденкова Юлия Леонидовна*

**Цели:**

* Познакомить детей с понятием «витамины» и продуктами, в которых они встречаются.
* Рассказать о значении витаминов для здорового развития организма.
* Обобщить и закрепить понятия «овощи» и «фрукты».
* Воспитывать у детей желание заботится о своём здоровье.

**Средства:** мультимедийное оборудование, большие буквы, вырезанные из бумаги, соответствующие названиям витаминов; изображения овощей, фруктов, продуктов, содержащих витамины; клей, кисточки, салфетки.

**Содержание НОД**

Воспитатель.

-Ребята, сегодня я вам открою один очень важный секрет. Оказывается, в некоторых продуктах живут витамины.

А вы знаете, что такое витамины?

Витамины – это вещества, в которых содержится сила и здоровье для организма. Они настолько маленькие, что во много раз меньше крупинки сахара, поэтому видеть мы их не можем.

Так как и у вас, у витаминов есть свои имена. Хотите познакомиться с ними поближе?

**1 слайд.**

Воспитатель.

-Это витамины А, В, С, Д

У витаминов есть свои домики, где они живут.А ещё витамины очень любят играть в прятки. Вот и сегодня они спрятались от вас, ребята. Чтобы их найти, нужно отгадать загадки.

**2 слайд.**

Что за скрип? Что за хруст?

 Это что еще за куст?

 Как же быть без хруста

 Если я... (Капуста)

**3 слайд**

Любопытный красный нос

По макушку в землю врос,

Лишь торчат на грядке

Зеленые пятки. (Морковь)

**4 слайд**

Золотая голова

Велика, тяжела.

Золотая голова отдохнуть прилегла.

Голова велика,

Только шея тонка.(Тыква)

**5 слайд**

Над землей трава,

Под землей бордовая голова.(Свекла)

**6 слайд**

Растут на грядке

Зелёные ветки,

 А на них

Красные детки.(Помидор)

**7 слайд**

 Прежде чем его мы съели,

Все наплакаться успели.(Лук)

**8 слайд**

Щеки розовые, нос белый,

В темноте сижу день целый.

А рубашка зелена,

Вся на солнышке она.(Редиска)

**9 слайд**

Раскололся тесный домик

На две половинки.

И посыпались оттуда

Бусинки-дробинки.(Горох)

**10 слайд**

Круглое, румяное,

Я расту на ветке;

 Любят меня взрослые

И маленькие детки. (Яблоко)

**11 слайд**

На сучках висят шары —

Посинели от жары! (Слива)

**12 слайд**

 С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин -

Это спелый ...(Апельсин)

**13 слайд**

 Он почти как апельсин,

С толстой кожей, сочный,

Недостаток лишь один -

Кислый очень, очень.(Лимон)

**14 слайд**

Этот фрукт на вкус хорош

 И на лампочку похож. (Груша)

Воспитатель.

-На какие две группы можно разделить эти плоды? (овощи и фрукты)

**15 слайд**

-Правильно, овощи и фрукты. Именно в них прячутся витамины.

-Кто знает, где растут овощи? (в огороде)

-А фрукты? (в саду)

Давайте и мы свами немного потрудимся и посадим свой огород.

**Физкультминутка.**

Очень дружный мы народ

И сажаем огород .*(идут по кругу)*

Взяли несколько лопат,

Стали землю мы копать*. (наклоны, копают воображаемыми лопатами)*

Взяли грабли, разрыхлили,

Грядочку вот здесь разбили.*(приседания, делают грядку)*

Просим вас не отвлекать-

Надо грядку засевать*. (грозят пальцем)*

Каждый взял пакет семян

И кидает в землю сам.*(сыпят семена)*

Осторожно загребаем

И водичкой поливаем*. (загребают, поливают)*

Вот весёлый огород,

Что в нём только не растёт! *(показывают руками на грядку)*

Воспитатель.

- Витамины А,В,С,Д живут не только в овощах и фруктах, но и в других полезных продуктах. Хотите узнать, в каких именно продуктах живут эти витамины?

**16 слайд.**

“ВитаминА – “витамин роста”.

 Его больше всего в морковке,

 Есть и в тыкве, абрикосах,

 В персиках, в арбузе тоже.

Много его в молоке и яичном желтке!

**17 слайд.**

Горох, кофе, шоколад
витаминомВ богат!
Мясо, яйца, хлеб, орех –
дают энергию для всех!

**18 слайд.**

Витамин «С» - он самый вкусный!
В апельсинах, яблоках, винограде, капусте!
А больше всех – в шиповнике,
лимоне и смородине!
Он поможет быть здоровым, и красивым, и весёлым!

**19 слайд.**

Творог, печень, яйца, сыр

Укрепляют организм!

Укрепляет наш скелет

Друг детей – витамин «Д»!

Воспитатель.

-Ребята, мы с вами теперь знаем названия витаминов и в каких продуктах они живут. Чтобы лучше их запомнить, я предлагаю вам на большие буквы, вырезанные из бумаги, наклеить изображения продуктов, овощей и фруктов, соответствующие данным витаминам.*(Дети самостоятельно выполняют задание)*