**Обособленное структурное подразделение  
МБДОУ «Детский сад №14 г.Красноармейск Саратовской области»**

**Комплексное занятие в первой младшей группе   
«Витамины всем нужны»**

**Подготовила: воспитатель Баширина Алла Рагимовна**

**Комплексное занятие в первой младшей группе   
«Витамины всем нужны»**   
**ООД.**   
**Образовательная область:** «Познание. Формирование целостной картины мира»   
**Беседа:** «Витамины всем нужны и полезны и важны».   
**Цель:** «Продолжать воспитывать потребность быть здоровым»   
**Программное содержание:**   
Обучающие задачи – познакомить с понятиями «витамины» и продуктами, в которых они находятся. Рассказать о значении витаминов для здоровья и хорошего настроения, обобщить и закрепить понятия «овощи» и «фрукты». Развивающие задачи - формировать у детей осознанное отношение к своей жизни, своему здоровью.   
**Воспитательные задачи** **:**побуждать детей употреблять в пищу всё то, что полезно для здоровья. Предварительная работа: беседа о здоровой пище и вреде газированных напитков, чипсов и фастфудов; чтение стихотворения Ю. Кушака «Приятного аппетита», загадки об овощах и фруктах.   
**Материал к занятию:** картинки с изображением фруктов и овощей, муляжи овощей и фруктов, свежие фрукты – яблоки, апельсин, лимон, банан; зелень – укроп, петрушка, лук; витамины - аскорбиновая кислота в таблетках и драже, компливит, фруктовый сок и стаканчики.   
**Методы и приёмы :**   
Наглядный - рассматривание муляжей овощей, свежих фруктов, зелени, витаминов.   
Словесный – худ. слово, вопросы, рассказ воспитателя, объяснения, хоровые и индивидуальные ответы детей.   
Практический – физ. минутка «Садовник».   
Словарная работа: витамины, овощи и фрукты.   
**Ход занятия:**   
Дети сидят за столами, столы расставлены буквой П.   
Воспитатель: Ребята сегодня мы с вами побеседуем на очень интересную тему. Мы отправимся в гости к витаминам. Вы согласны?   
Дети: Да.   
Воспитатель: Витамины – это очень маленькие вещества, настолько маленькие, что мы их видеть не можем, но в маленьких витаминах содержится большая сила и здоровье. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины - делают наш организм крепким и здоровым. Они бывают в таблетках, разного цвета и формы. (Показывает детям витамины). И сейчас я угощу вас витаминами , которые называются аскорбиновая кислота или витамин «С», он не позволит вам заболеть никакой простудой.   
Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках и на грядках. Много витаминов содержится в ягодах, фруктах и овощах, зелени.   
Воспитатель: Давайте вспомним с вами, какие овощи вы знаете? Сейчас я загадаю вам загадки с грядки. (Каждый ответ воспитатель сопровождает показом картинки с изображением овощей).   
Загадки с грядки   
Листья собраны в кочан   
В огороде у сельчан.   
Без нее во щах не густо.   
Как зовут ее? (Капуста)   
Под землей живут семейки,   
Поливаем их из лейки.   
И Полину, и Антошку   
Позовем копать... (картошку)   
Он на грядке вырастает,   
Никого не обижает.   
Ну, а плачут все вокруг,   
Потому что чистят... (лук)   
Голова, а сверху ус.   
Нет, не сладок он на вкус.   
Прибежали со всех ног   
Мы к обеду рвать... (чеснок)   
На арбуз похожая —   
Тоже толстокожая.   
К платью желтому привыкла,   
Греется на солнце... (тыква)   
Этот овощ тыкве брат —   
Тоже с виду толстоват.   
Лег под листик на бочок   
Между грядок... (кабачок)   
Эти крепкие ребятки   
В листьях прячутся на грядке.   
Лежебоки-близнецы   
Зеленеют... (огурцы)   
Он в теплице летом жил,   
С жарким солнышком дружил.   
С ним веселье и задор   
Его зовут все…(помидор)   
(Воспитатель ставит на стол муляжи овощей).   
Воспитатель: Как, одним словом назвать эти продукты?   
Дети: Овощи.   
Воспитатель: Правильно! А как вы думаете, где еще, кроме овощей есть витамины? Во фруктах! (Ставит на стол тарелку со свежими фруктами).   
Верно! А сейчас мы поиграем в игру «Что растет у нас в саду?», вы будете доставать из волшебного мешочка фрукты и овощи и говорить их название. (Проходит игра).   
Воспитатель: Молодцы, справились с заданием. И я предлагаю вам отправится в сад, где растут фруктовые деревья.   
**Физ. минутка «Садовник»**   
Мы вчера в саду гуляли, (дети идут по кругу, взявшись за руки) Мы смородину сажали, (изображают, как копают яму и сажают) Яблони белили мы (движение правой рукой вверх-вниз) Известью, белилами. Починили мы забор, (имитируют удары молотком) Завели мы разговор: (стоят лицом в круг, в центр выходит один Ты скажи, садовник наш, ребенок, ведут диалог, на каждое название Что ты нам в награду дашь? фруктов загибают по одному пальцу Дам в награду слив лиловых, на обеих руках, начиная с больших) Груш медовых самых крупных Спелых яблок, вишен целый килограмм. Вот что вам в награду дам!   
Воспитатель: Ну вот, ребята , садовник нам в награду дал много фруктов. А из фруктов делают полезные компоты, варенье, соки. Соки бывают разные. Какой сок получается из вишни? Из груши? Из апельсина? Из яблока? ( Ответы детей).   
Воспитатель: А если смешать их вместе, то какой сок получится?   
Дети: Фруктовый.   
Воспитатель: Правильно, фруктовый, и повара нашего детского сада приготовили для вас тоже фруктовый сок. ( Дети пьют фруктовый сок). Ну что, понравилось? Теперь в вашем организме прибавилось еще немного витаминов. А я хочу пожелать вам, ребята:   
Ешьте дети витамины Каждый день и круглый год И тогда простуда злая Стороной вас обойдёт.   
**Рефлексия.**   
Воспитатель: О чем мы с вами вели беседу? Что такое витамины? Где они содержатся? Как защитить свой организм от болезней?   
Воспитатель: Спасибо за внимание! Желаю вам быть здоровыми.