*Конспект НОД составила воспитатель МДОУ «Детский сад комбинированного вида №54» Байгулова Л.Г.*

***Примерная основная общеобразовательная программа*** *«От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы*

***Возрастная группа*** *подготовительная*

***Тема*** *: «Здоровый образ жизни»*

***Тема НОД:*** *«Путешествие в страну Витаминию»*

***Образовательная область****: «Познавательное развитие»*

***Программная область:*** *«Формирование целостной картины мира»*

***Цель:*** *создать условия для формирования представлений детей о здоровье, потребности быть здоровым.*

***Задачи:***

***обучающая:*** *сформировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, потребность быть здоровым. Объяснить, что организму требуется пища, богатая витаминами, которых много во фруктах и овощах. Дать детям понятие о правильном питании, о значении витаминов для организма человека («Познавательное развитие»).*

***Развивающая:*** *развивать умение поддерживать диалог, высказывать свою точку зрения, выслушивать мнения сверстников («Речевое развитие», «Познавательное развитие»).*

***Воспитательная:*** *прививать желание выполнять задания коллективно, воспитывать дружеские взаимоотношения, желание прийти на помощь, высказывать свое мнение(«Социально-коммуникативное развитие»).*

***Виды деятельности:*** *игровая, двигательная, познавательная, коммуникативная.*

***Формы организации:*** *групповая,**подгрупповая.*

***Формы реализации детских видов деятельности****: игра с речевым сопровождением, игра подвижная.*

***Оборудование:*** *вывески «Страна Витаминия», «Кафе Витаминка», «КВН», вывески с названием витаминов А,В,С,Д, макеты домов из конструктора, столы, на которых разложены полезные продукты питания, овощи и фрукты, поднос с нарезанными фруктами, кроссворд, д/и «Угадай витамин», лепестки для трех ромашек А,В,С, на которых изображены продукты питания, аудиозапись.*

***Предварительная работа:*** *беседы о вредной и здоровой пище, о здоровом образе жизни, д/игры, разгадывание загадок, постройка домов из конструктора.*

ХОД НОД

|  |  |
| --- | --- |
| Деятельность  воспитателя | Деятельность воспитанников |
| Вводная часть (мотивация) | |
| **Воспитатель:** ребята, что вы любите есть больше всего? В чем разница между «вкусным » и «полезным»?  Ребята, в продуктах питания есть вещества, которые помогают организму бороться с болезнями. Без этих веществ невозможен рост организма. Эти вещества называются витаминами.  А что вы, ребята, знаете о витаминах?  Да, есть полезные и очень полезные продукты. В очень полезных продуктах больше всего витаминов.  А теперь, чтобы больше узнать о витаминах, мы отправимся с вами в путешествие по стране Витаминии. Хотите там побывать? Тогда занимайте места в вагонах и в путь!  Звучит песня «Голубой вагон». | Дети собираются вокруг воспитателя.  Ответы детей.  Высказывание предположений.  Беседа  Ответы детей.  Ответы детей  Дети идут змейкой по залу. |
| Основная часть | |
| **Воспитатель:** ну вот мы и в стране Витаминии.  Никогда не унываю  И улыбка на лице,  Потому что принимаю  Витамины А,В,С.  Ребята, витаминов много, но самые главные это витамины А,В,С,Д. Витамины оказывают различное влияние на здоровье человека.  Например, витамин А очень важен для зрения. Давайте сходим в гости к витамину А.  Помни истину простую –  Лучше видит только тот,  Кто жует морковь сырую,  Или сок морковный пьет.  Посмотрите, ребята какими угощениями встречает нас витамин А!  (На столе морковь, помидоры, щавель, салат).  В этих продуктах больше всего витамина А.  По соседству с ним «живет» живет витамин В. Он способствует хорошей работе сердца.  Очень важно спозаранку  Есть за завтраком овсянку.  Черный хлеб полезен нам  И не только по утрам.  Посмотрите, какой стол здесь накрыт. Что вы видите на столе?  (На столе ржаной и пшеничный хлеб, мясо, молоко, яичный желток, сливочное масло, гречневая и овсяная каша).  Как вы думаете, почему именно этими продуктами встретил нас витамин В?  Правильно, в них больше всего витамина В.  А витамины С и Д живут в соседних домах. Давайте и их навестим.  Ребята, витамин Д делает наши ноги и руки крепкими.  Рыбий жир всего полезней,  Хоть противный – надо пить.  Он спасает от болезней,  Без болезней лучше жить!  А еще посмотрите сколько солнечных лучей живут с ним. Они друзья витамина Д.  Витамин С укрепляет весь организм, делает человека более здоровым, не подверженным простудам. Если все-таки простудился, с его помощью можно быстрее поправиться.  От простуды и ангины  Помогают апельсины,  Ну а лучше съесть лимон,  Хоть и очень кислый он.  Посмотрите на угощения, которые приготовил для нас витамин С.  (На столе апельсин, лимон, капуста, смородина, шиповник, лук).  Вот и побывали мы с вами в гостях у витаминов А,В,С,Д.  А сейчас давайте отправимся в клуб веселых и находчивых страны Витаминии. Здесь мы поиграем в игру «Угадай витамин».  (На столе лепестки ромашки, на которых изображены продукты питания. Нужно определить какого витамина больше в том или ином продукте и собрать три ромашки, соответствующие витаминам А,В,С,).  Ребята, организму человека нужны различные продукты питания, особенно полезны сырые овощи и фрукты. У того, кто их постоянно употребляет, как правило, бывает хорошее, бодрое настроение, гладкая кожа, изящная фигура. А вот конфеты, шоколад, (особенно в больших количествах), безусловно вредны для здоровья.  Вспомните, друзья, случаи из жизни: когда после съеденного большого куска торта с кремом, начинал болеть живот, тошнило и становилось плохо. Или после мороженого начинало болеть горло.  Разумеется, не стоит отказываться полностью от сладкого. Однако, необходимо употреблять разнообразную пищу, чтобы быть крепким и быстро расти.  А теперь, ребята, наше следующее задание: разгадай кроссворд и найди ключевое слово.  **Загадки про полезные продукты:**   1. Как на поле, на кургане   Стоит курочка с серьгами. (овёс)   1. Красна девица,   Каменное сердце. (вишня)   1. Под землёй птица гнездо свила,   Яиц нанесла. (картофель)   1. Сто одёжек и все без застёжек. (капуста) 2. Красная девица сидит в темнице,   А коса на улице. (морковь)   1. Летом зеленеют, а осенью краснеют. (помидор) 2. Золотое решето черных домиков полно. (подсолнух) 3. Желтая курица под тыном дуется. (тыква)   Вот видите, из всех названий овощей получилось важное слово «витамины».  А теперь – физминутка.  Я произношу слова стихотворения Ю.Тувима «Овощи», и мы вместе придумываем и выполняем движения.  Хозяйка однажды с базара пришла,  Хозяйка с базара домой принесла;  Картошку, капусту, морковку, горох,  Петрушку и свёклу.  Ох …  Вот овощи спор завели на столе –  Кто лучше, вкусней и нужней на земле:  Картошка? Капуста? Морковка? Горох?  Петрушка иль свекла?  Ох …  Хозяйка тем временем ножик взяла  И ножиком этим крошить начала:  Картошку, капусту, морковку, горох,  Петрушку и свёклу.  Ох …  Накрытые крышкой, в душном горшке  Кипели, кипели в крутом кипятке:  Картошка, капуста, морковка, горох,  Петрушка и свёкла.  Ох …  И суп овощной оказался не плох!  А сейчас отправимся в кафе под названием «ВИТАМИНКА».  Здесь очень много витаминных угощений. Ребята, я предлагаю вам закрыть глаза и открыть рот. Я положу вам в рот кусочек какого – нибудь фрукта или овоща, всем разные. А вы на вкус попытаетесь угадать, что вы съели и объяснить, почему вы так думаете. | Ответы детей  Дети подходят к столику и перечисляют продукты, лежащие на столе.  Ответы детей.  Ответы детей.  Высказывания детей.  Игра с листочками  Ответы детей  Ответы детей  Дети рисуют на своих листках по алгоритму.  Дети выполняют задание, проверяют правильность выполнения.  Дети отгадывают загадки  С помощью воспитателя заполняют соответствующие клетки кроссворда.  В результате по вертикали получается ключевое слово «Витамины».  Дети отгадывают на вкус овощи и фрукты. |
| Заключительная часть (рефлексия) | |
| **Воспитатель:** ну вот и закончилось наше с вами витаминное путешествие. Что интересного вы узнали во время путешествия? С какими витаминами мы с вами познакомились? Для чего нужны витамины человеку? Какие продукты нужно употреблять в пищу как можно чаще?  Вы сегодня молодцы! Справились со всеми заданиями, были внимательны и активны. Я надеюсь, что все будете заботиться о своем здоровье и не забудете о полезных продуктах и о витаминах, которые «живут» в них и так нужны нашему растущему организму. | Ответы детей |