**Конспект комплексного занятия в подготовительной группе**

**«Знакомство с витаминами»**

**Воспитатель Шестерикова Е.А.**

**Образовательные области:** «Познавательное развитие», «Физическое развитие», «Социально – коммуникативное развитие»

**Цель:** формировать у детей необходимость заботы о своем здоровье и, в первую очередь, правильном питании.

**Задачи:**

*Обучающие:*

-познакомить с основными витаминами А, В, С, Д;

-учить детей различать витаминсодержащие продукты;

-познакомить детей с тем как витамины влияют на организм человека, с их пользой и значением для здоровья;

-сформировать представление о необходимости наличия витаминов в организме человека.

*Воспитательные:*

-воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми во время выполнения совместной работы;

-воспитывать чувства дружбы, заботы друг о друге, доброжелательности, вежливость;

-воспитать у детей потребность правильно питаться.

*Развивающие:*

-развивать у детей желание помочь сказочным героям, попавшим в беду;

-развивать внимание, мышление, воображение.

**Оборудование:** ноутбук,телевизор, мольберт (3 шт), магниты, ступки и пестики по количеству детей, влажные салфетки, ложки, миска, графин, скатерть, фартуки.

**Дидактические материалы:** игровой комплекс «Коврограф «Ларчик», картинки с изображением (продуктовая тележка, овощи и фрукты, заболевший ребенок, лето, осень, витамины, морковь, томат, тыква, персик, рыба, хлеб, яйца, сыр, кефир, орехи, горох, земляника, смородина, капуста, яблоко, лук, апельсин, лимон, масло, молоко, буквы А, В, С, Д), конверты, презентация Microsoft PowerPoint.

**Ход занятия:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Методы и приемы** | **Действия детей** |
| Введение в игровую ситуацию. Формирование эмоциональной отзывчивости, желания помогать и умения сочувствовать.  Пробуждение интереса к занятию. | -Ребята, мне сегодня утром на электронную почту пришло интересное письмо от Незнайки. Хотите узнать, что он нам пишет? | *- Да.* |
| *На экране появляется Незнайка и говорит:* *«Здравствуйте, ребята, меня зовут Незнайка. У меня случилась беда, я заболел. Говорят, чтобы не болеть, нужно правильно питаться. Я старался, ел всё только вкусное: пирожные, конфеты, пил пепси-колу. Но, к сожалению, мне становится всё хуже и хуже. А врач сказал, что у меня не хватает витаминов. Ребята, помогите, мне, пожалуйста, узнать, что это такое».* |  |
| - Да, грустная история. Поможем Незнайке узнать, что такое витамины? | *- Да.* |
| - Есть на свете волшебная страна, в которой мы и получим эти знания. Хотите туда отправиться? | *- Хотим.* |
| – Тогда усаживайтесь поудобнее на волшебный ковер - самолет и приготовьтесь к полету. Расслабьтесь, закройте глаза. Мы летим высоко. Нас приятно греет солнышко, ветер обдувает наши лица.  *Звучит музыка*  Вот мы и прилетели, открывайте глазки. | Дети садятся на ковер, закрывают глаза.  Дети открывают глаза и встают. |
| *На экране слайд с воротами, на которых написано «Витаминия»*  - Добрались мы до волшебной страны. Интересно а как она называется? Ой, смотрите, что-то на воротах написано. Может кто-то из вас сможет прочитать надпись? | Ребенок читает слово «Витаминия» |
| Формирование представлений о здоровом образе жизни. Развитие умения беседовать, опираясь на личный опыт и имеющиеся знания. Познакомить детей с пользой и значением витаминов. Сформировать представление о необходимости наличия витаминов в организме человека. | - Да, действительно, страна называется «Витаминия»!  *Познавательная беседа, во время которой воспитатель прикрепляет на мольберт сюжетные картинки.*  - Ребята, а вы знаете, что такое витамины?  - Правильно! Витамины это такие вещества, которые помогают детям, расти крепкими и здоровыми. И растения и животные сами могут вырабатывать витамины, а вот человек это делать не может. А как мы можем получить витамины?  - А какие продукты вы знаете, в которых содержаться витамины?  - А если ребенок не получит витамины, что с ним произойдет?  - А как вы думаете, в какое время года мы получаем витаминов больше всего?  - Почему?  - А как нам в другое время года получить витамины?  - Правильно. Все вы эти витамины знаете и любите. | Дети отвечают на вопросы воспитателя.  *Вещества, которые помогают расти здоровыми*  *С продуктами питания*  *Овощи, фрукты*  *Он начинает часто болеть, теряет аппетит, плохо растет*  *Летом и осенью.*  *Потому что летом и осенью растут ягоды, фрукты, овощи*.  *Витамины – таблетки продаются в аптеке.* |
| - У каждого витамина есть свое имя. Хотите познакомиться с ними?  - Тогда давайте прогуляемся по стране «Витаминия» и познакомимся с каждым из ее жителей. | *- Да, хотим.* |
| Познавательное развитие – формирование первичных представлений об объектах окружающего мира. Развитие связанной речи. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми во время выполнения совместной работы. | *На слайде витамин А говорит:*  *«Расскажу вам не тая,*  *Как полезен я, друзья!*  *Я в морковке и в томате,*  *В тыкве, в персике, в салате.*  *Съешь меня – и подрастешь,*  *Будешь ты совсем хорош!*  *Помни истину простую:*  *Лучше видит только тот,*  *Кто жует морковь сырую*  *Или пьет морковный сок!»*  - Вот и первый житель этой замечательной страны. Ребята это витамин А – витамин роста и зрения! Ребята обратите внимание, каким символом он обозначается. Посмотрите на ваших столах лежат картинки. Найдите на них те продукты, в которых содержится витамин А и прикрепите их на наш большой плакат в поле витамина А. Но прикрепляя картинку нужно сказать «Витамин А содержится в…» | Дети подходят к телевизору и смотрят на экран.  Дети подходят к столу, на котором разложены картинки с различными продуктами питания, овощами и фруктами.  Они выбирают картинки, выходят к коврогрофу и прикрепляют их в поле витамина А и заканчивают предложение. |
| Познавательное развитие – формирование первичных представлений об объектах окружающего мира. Формирование элементарных математических представлений (составление закономерностей). Развитие мышления. | - Ну что ж хотите познакомиться с еще одним жителям страны «Витаминия»? Нас встречает витамин В.  *На слайде витамин В говорит:*  *«Рыба, хлеб, яйцо и сыр,*  *Мясо, птица и кефир,*  *Дрожжи, курага, орехи –*  *Вот для Вас секрет успеха!*  *И в горохе тоже я.*  *Много пользы от меня!*  *Очень важно спозаранку*  *Съесть за завтраком овсянку.*  *Черный хлеб полезен нам –*  *И не только по утрам».*  - Ребята разрешите представить вам витамин В – он помогает работать самому главному нашему органу – сердцу. И улучшает аппетит. Если вы расстраиваетесь по пустякам, часто плачете, вам нужен витамин «В». Обратите внимание на символ этого витамина.  - А хотите и с этим витамином поиграть?  - Пройдем к мольберту. Но вот незадача. В стране «Витаминии» очень высокая трава и нам придется через нее перешагивать.  *На мольберте картинка*  C:\Users\Сергей\Desktop\Конспекты\Закономерность 1.jpg  - Посмотрите внимательно на доску. В каждой строчке в пустые клетки нужно поставить недостающие продукты, соблюдая закономерность их расположения. Встанем у мольберта с прямой спиной, не толкая друг друга.  - Молодцы! Все правильно сделали! А теперь давайте вернемся к плакату и прикрепим продукты, в которых содержится витамин В. А где он содержится?  *Когда ребенок называет продукт, воспитатель дет ему картинку.* | *- Да*  Дети подходят к телевизору и смотрят на экран.  *- Да*  Дети подходят к мольберту шагом с высоким подниманием колена.  Разгадав закономерность на доске, изображают правильный ответ.  Дети подходят к коврогрофу, называют продукты и прикрепляют. |
| Активное изменение деятельности детей, ослабление утомления и переключение их на продолжение занятия. | - Ребята, прежде чем продолжить путешествие по стране «Витаминия» предлагаю вам немножко размяться. Хотите?  Физкультминутка  Сделаем разминку  Держим ровно спинку  Голову назад, вперед  Вправо, влево поворот  Руки вверх поднять прямые  Вот высокие какие  Еще выше поднимитесь,  Вправо влево повернитесь.  Этим славным упражнением  Поднимаем настроение  Дальше будем приседать  Дружно сесть и дружно встать  Прыгать нам совсем не лень  Словно мячик целый день.  Вот немножечко размялись  И опять за дело взялись! | *- Да*  Дети выполняют упражнения в соответствии со словами. |
| Познавательное развитие – формирование первичных представлений об объектах окружающего мира. Развитие фонематического слуха. | - А вот и следующий житель страны «Витаминия» - это витамин С!  *На слайде витамин С говорит:*  *«Земляничку ты сорвешь –*  *В ягодке меня найдешь,*  *Я в смородине, капусте,*  *В яблоке живу и в луке,*  *Я в фасоли и в горошке!*  *От простуды и ангины*  *Помогают апельсины.*  *Ну а лучше съесть лимон,*  *Хоть и очень кислый он».*  - Витамин «С» - витамин здоровья. Он укрепляет весь организм, помогает защититься от простуды, быть бодрыми. Если вы часто болеете, вам нужен витамин «С». Запомните и его символ.  - Ребята, а с этим витамином поиграем?  - Тогда вот вам новое задание. Я буду называть слово, а вы должны определить, сколько слогов в этом слове. Слова: смородина, капуста, лук, лимон, шиповник.  - Молодцы и с этим заданием справились! А сейчас вспомним продукты, в которых содержится витамин С и поместим их на плакат.  *Когда ребенок называет продукт, воспитатель дает ему картинку.* | Дети подходят к телевизору и смотрят на экран.  *- Да*.  Дети определяют, сколько слогов в каждом слове.  Дети называют продукты и прикрепляют картинки на коврогроф. |
| Познавательное развитие – формирование первичных представлений об объектах окружающего мира. Формирование элементарных математических представлений (учить детей располагать предметы относительно друг друга). Развитие мышления. | - Ребята в стране «Витаминия» живет еще один житель. Это витамин Д.  *На слайде витамин Д говорит:*  *«Я – полезный витамин.*  *Вам, друзья, необходим!*  *Кто морскую рыбу ест,*  *Тот силен как Геркулес!*  *Если рыбий жир полюбишь,*  *Силачом тогда ты будешь!*  *Есть в икре я и в яйце,*  *В масле, в сыре, в молоке».*  - Витамин Д еще называют витамином солнца. В нашем организме он появляется, когда мы загораем. А нужен он нам для крепких костей и зубов. Ребята хотите поиграть с витамином Д?  - Пройдем к столу не обычным шагом, а на носочках.  - У нас на столе есть конверты, а в них картинки, доставайте.  -Возьмите яйцо и положите его на стол, слева от яйца положите рыбу, а справа от яйца положите молоко.  - Ребята назовите продукты, в которых содержится витамин Д?  *Когда ребенок называет продукт, воспитатель дет ему картинку.* | Дети подходят к телевизору и смотрят на экран.  *- Хотим.*  Дети идут к столу.  Дети достают картинки и выполняют задание.  C:\Users\Сергей\Desktop\Конспекты\Закономерность 2.jpg  Дети называют продукты и прикрепляют картинки на коврогроф. |
| Научить готовить несложные напитки, пользоваться ступкой, пестиком. Развивать исследова-тельский интерес. | - Ребята вот мы и познакомились с вами с главными жителями страны «Витаминия», узнали много нового и интересного. А скажите мне, пожалуйста, вы любите пить соки, морсы и компоты?  - Тогда предлагаю вам приготовить морс из ягод черной смородины. Согласны?  - Тогда давайте посмотрим рецепт на экране. Но сначала закроем глаза, пусть они отдохнут.  - Сначала мы разомнем ягоды черной смородины с помощью пестика, потом переложим ягоды в большую миску, затем в кувшин и добавим кипяченой воды. А теперь пройдем за наш кулинарный стол и сделаем морс.  *На экране схема приготовления морса.*  - Одевайте фартуки, садитесь на стулья, ноги поставьте прямо и выпрямите спину. Ребята рассмотрим оборудование, которое лежит перед вами на столе.  - Какого цвета была вода? Почему она поменяла цвет?  - Морс должен настояться.  - Мы угостим Незнайку морсом, когда сможем с ним увидеться. А еще мы Незнайке отправим фотографию нашего плаката по электронной почте, чтобы он знал в каких продуктах содержаться витамины А, В, С и Д. Ребята подходите к плакату.  *Воспитатель фотографирует детей у плаката.* | *- Да.*  *- Да.*  Дети смотрят на экран.  Дети проходят за стол, надевают фартуки, рассматривают оборудование (пиалу, пестик, посуду) и выполняют действия по схеме, по окончании вытирают руки влажными салфетками.  *- Прозрачная. Из-за добавления красных ягод.*  Дети подходят к коврогрофу для фотографии. |
| Выход из игровой ситуации. | - А наше путешествие подходит к концу и нам пора возвращаться в детский сад - садитесь на ковер – самолет и полетим в группу.  *Звучит музыкальное сопровождение*  - Ребята, вот мы и прилетели. | Дети садятся на ковер, закрывают глаза.  Дети открывают глаза. |
|  | - Ребята, где мы с вами сегодня были?  - Что нового узнали?  - С какими витаминами познакомились?  - Вам понравилось путешествовать по «Витаминии»?  - А что вам больше всего запомнилось? | Дети отвечают на вопросы воспитателя. |