

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение МБДОУ
детский сад № 21 «Теремок» г.Павлово**

Конспект занятия по физическому развитию

ЗОЖ «Витаминные продукты»

Старшая группа

Воспитатель: Плигина Е.Б.

Пояснительная записка

Цель: Объяснить детям, как витамины влияют на организм человека.

Задачи:

- познакомить с пословицей, уметь объяснить ее значение;
- закрепить знания о значении витаминов для здоровья человека;
- называть витамины А, В, С, D;
- различать витаминосодержащие продукты питания;
- развивать активный и пассивный словарь;
- воспитывать заботливое отношение к своему здоровью.

Средства: Письмо от Буратино, красные и зеленые круги, смайлики, плоскостной набор овощей и фруктов, корзина с муляжами овощей и фруктов.

Способы: разгадывание загадок, беседа, вопросы, сюрпризный момент

Ход занятия:

Действие воспитателя	Действие детей
<p>- Ребята, послушайте пословицу: «Здоровье - всему голова, всего дороже». Объясните ее значение.</p> <p>-Правильно. Сразу видно, что вы здоровы, у вас глаза блестят, румянец на щеках. Вы здоровы и полны сил, но здоровье надо беречь, быть больным очень плохо. А что надо делать, чтобы быть здоровым?</p> <p>-Вы сказали, что надо принимать витамины. А какие витамины вы знаете? Витамины у нас в гостях (<i>приглашает детей сесть за столы</i>).</p> <p><i>Воспитатель показывает витамины - смайлики</i></p> <p>-Ребята, витамины - это только те, которые продаются в аптеке? Где прячутся витамины? Сейчас мы с вами отправимся в магазин, где продаются самые полезные продукты. Каждый витаминный продукт занимает свое место. На красной полке лежат продукты, содержащие витамин А, на синей – D, на желтой – В, на зеленой – С. Только что привезли продукты, поэтому полки пустые. Давайте разложим продукты по полочкам!</p> <p><i>Ставит наборное полотно – (машину с продуктами).</i></p> <p>-Важно принимать разные витамины и витаминосодержащие продукты. Витамины и вкусны, И полезны, и важны.</p>	<p>человек растет, хорошее настроение, много сил и многое можешь сделать</p> <p>надо принимать витамины</p> <p>А, В, С, D</p> <p>дети называют их.</p> <p>Не только в аптеке</p> <p>Дети по очереди размещают продукты питания</p>

Только помните, друзья
Их без меры есть нельзя.
Стук в дверь. Входит почтальон Печкин:
Почтальон Печкин: Здравствуйте ребята!
Я почтальон Печкин, у меня для вас
письмо.
- Ребята это письмо от Буратино.
Послушайте, о чем нам он пишет.
«Я, Буратино, всем приветик!
Расскажу один советик.
Чтоб здоровым стать и сильным
Ешьте больше витаминов.
Витамины нам полезны,
Это точно знаю,
Только их не из таблеток.
Я употребляю.
Получаю их из пищи
Вкусной и полезной
Где же прячутся они?
Очень интересно.
Ты, скорее их найдешь
Если мои стихи прочтешь».
- Давайте проверим, знает ли Буратино
самые полезные продукты. Я буду читать
стихотворение, если вы согласны
поднимите зеленый круг, если нет красный
читает стихи

Стихи от Буратино.
Сок морковный всех полезней
Помогает от болезней.
И на завтрак и на обед
Ты съедай кило конфет
Будешь точно здоровей
Даже трех богатырей.
Лук, петрушка и капуста
Ты попробуй это вкусно.
Пей напиток «Пепси-Колу»
Самым умным будешь в школе.
Рыбий жир вы принимайте,
Ваши кости укрепляйте.
Молоко и черный хлеб
Это мой второй обед.
Ты запомни – это просто
Это витамины роста.
- Молодцы! Давайте отправим Буратино
корзину с полезными продуктами и
приглашение к нам в детский сад!
Мы открыли все секреты,
Как здоровье сохранить,
Выполняйте все советы,
И легко вам будет жить!

дети поднимают круг, объясняют свой
выбор

дети выбирают любимый овощ или фрукт,
кладут в корзину

