Конспект ООД по развитию речи в средней группе «Витамины и здоровье»

Цель: Формирование у детей потребность к здоровому образу жизни; знания детей о полезных и вредных продуктах.

Задачи: закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания; закреплять знания детей об органах зрения, обоняния; формировать логическое мышление; воспитывать привычку к здоровому образу жизни;

Интеграция образовательных областей: «Познавательное развитие», «Физическое развитие», «Речевое развитие»;

Материал: альбом «где живут витамины», пластмассовые фрукты и овощи; гречка, овсянка, бутылка кока-колы, чипсы, конфеты, два стаканчика, палочка, вода, мяч.

Предварительная работа с детьми:

Методы и приемы: игровой, наглядный, словесный.

**Ход ООД:**

**Воспитатель:** Ребята, давайте поздороваемся друг с другом и улыбнемся!

Дети здороваются.

**Воспитатель:** А знаете, вы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья потому, что слово «здравствуйте» обозначает «здравствуй, т.е. желаем человеку здоровья». А давайте еще раз поздороваемся, хорошо?

**Воспитатель:** Ребята, скажите, когда можно сказать про человека, что он здоров, как можно понять, что он не болеет?

(Ответы детей.)(когда человек сильный и ловкий)

**Воспитатель**: А что нужно делать для того, чтобы не болеть?

(Ответы детей.)

**Воспитатель:** Какие вы молодцы!. Хотите узнать, что значит правильно питаться? Это значит, нужно есть полезные продукты, в которых много витаминов для нашего организма. Как вы думаете, что значит полезные?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Полезные - это значит, приносит пользу. Кто мне скажет, какие продукты можно назвать полезными?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Ребята, а чем полезны фрукты и овощи?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Молодцы! Овощи и фрукты очень полезны для нашего здоровья. А давайте с вами поиграем в интересную игру, хорошо? Называется она «Чудесный мешочек». Игра «Чудесный мешочек»

(будем доставать по одному и описывать их)

- Яблоко - красное, вкусное, кислое.

- Банан- сладкий , желтый,круглый.

- Апельсин — оранжевый, сочный, круглый.

- Лимон — жёлтый, полезный, кислый.

- Помидор — красный, сладкий, круглый.

- Огурец — зелёный, длинный, свежий.

- Чеснок — белый, хороший, горький.

- Воспитатель: Какие вы молодцы! Столько знаете и всем рассказали об этом. А теперь немножко разомнемся.

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, что витамины есть не только в овощах и фруктах. Много еще продуктов которые очень полезные и там тоже содержится много разных витаминов это например: молоко, творог, мясо, хлеб, гречка, овсянка тоже содержат много витаминов. Поэтому обязательно нужно кушать эти продукты: молочные каши, котлетки. Они очень полезные! Наши повара на кухне готовят для вас полезные и очень вкусные блюда из этих продуктов. А давайте мы с вами назовем как какое блюдо называется, хорошо?

**Игровое упражнение «Подбери слово»**

Запеканка из творога – творожная запеканка

Каша из гречки – гречневая каша

Каша из овсянки – овсяная каша

Компот из груш – грушевый компот

Сок из капусты – капустный сок

Варенье из яблок – яблочное варенье

Икра из кабачков – кабачковая икра

Котлета из мяса – мясная котлета

Повидло из слив – сливовое повидло

Соус из сметаны – сметанный соус.

Воспитатель: Какие вы молодцы! Вы кушаете кашки? А овощи и фрукты? Ребята, надо обязательно кушать витамины и вы будете всегда здоровы. А теперь давайте мы с вами еще немного поиграем. Я буду называть один полезный продукт, а вы должны назвать слово которое означает, что их много. Хорошо?

**А тепепрь поиграем с вами в игру.**

**Игра «Один – много»**

У Тани не одно яблоко, а много … (яблок).

У Кати не один помидор, а много … (помидоров).

У Гоши не одна слива, а много … (слив).

Не одна груша, а много … (груш).

Не одна редиска, а много … (редиски).

Не один апельсин, а много … (апельсинов).

Не один огурец, а много … (огурцов).

Воспитатель: Ребята вы молодцы! Столько знаете, столько умеете. Вы наверно устали, а давайте сейчас немножко разомнемся?

**Физкультминутка: «Есть у нас огород»**

Есть у нас огород

Там морковка растёт, (Круговые движения руками.)

Вот такой вышины, (Руки тянут вверх.)

Вот такой низины, (Приседают.)

Вот такой ужины (Руки сводят вместе ладошками вперед.)

Вот такой ширины, (Руки в стороны.)

Ты морковка поспеши (Прыжки на правой ноге.)

С нами вместе попляши. (Прыжки на левой ноге.)

**Воспитатель:** Молодцы! Посмотрите ребята, вот я вам принесла еще продукты, я думаю вы все знаете, что это?

(Ответы детей.)

**Воспитатель:** Ну вижу, что вы все их знаете и конечно пробовали и не раз. Как вы думаете, эти продукты полезные или вредные?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Правильно! Я понимаю, что вам это вкусно, но вы должны помнить, что чипсы, и кока-кола вредят нашему животику! Ребята сладкое нужно кушать, но не с красителями и добавками, а натуральные леденцы. Глюкоза нужна нашему организму.

А если есть много конфет, что может случиться?

(Ответы детей.)

В коридоре слышится, что кто то плачет.

Воспитатель: Ребята, что такое происходит? вы слышите, кто то плачет?

В группу заходит Зайчишка - шалунишка и горько плачет, держась за живот.

Зайчишка: Ой – ой - ой, как больно! Ой, как животик болит! Ой-ой-ой, как болит!

**Воспитатель:** Что с тобой случилось Зайчишка? Что ты так плачешь? Что у тебя случилось?

Зайчишка: Меня вчера угостили конфетками, очень вкусными. Я съела их, и у меня заболел животик. Воспитатель: Вот Зайчишка, не все вкусное – полезно! Ты разве не знаешь, что много их есть нельзя? Ребята ,а разве можно есть много сладкого? (ответы детей)Ты наелась вредных конфет, вот и заболел у тебя животик.

Зайчишка: Не может быть? Я не верю!

**Воспитатель**: А зря! Вот ребята все знают, что это очень вредно и они так не делают, правда ребята? (ответы детей).Ребята хотите мы с вами проведем эксперимент который докажет Зайке, что есть некоторые конфеты, которые очень вредны для здоровья? А давайте сейчас ему покажем. Пусть посмотрит и поймет, что это очень вредно.

(Эксперимент: конфеты m&m’s, заливаются водой и размешиваются палочкой; вода окрашивается).

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите вода поменяла свой цвет, а почему водичка поменяла свой цвет?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Теперь давайте подумаем, а можно краску кушать. Тем более в больших количествах?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Значит эти конфеты какие, полезные или вредные для здоровья?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Ребята запомните пожалуйста, что такие конфеты нельзя кушать! Конфеты в которых есть красители есть нельзя! Это вредные продукты! Зайка ты запомнила?

Зайка: Да я поняла. Так, а что же тогда можно кушать?

Воспитатель: Ребята давайте расскажем Зайке, что можно кушать. Давайте!

(Ответы детей.)

Воспитатель: Не переживай Зайка, ребята тебе помогут. Правда, ребята? Давайте соберём Зайке в подарок с полезными продуктами. Какие полезные продукты мы положим Зайке? (Дети перечисляют продукты.)

Воспитатель: А почему они полезные?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Ребята, а для чего нам нужно кушать такие продукты?

(Ответы детей.)

Дети собирают в корзину гостинцы для хрюшки.

Воспитатель: Ребята самое главное помнить, что надо беречь свое здоровье!

Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку

Черный хлеб полезен вам! И не только по утрам.

Помни истину простую! Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую или сок морковный пьет.

От простуды и ангины помогают апельсины

Ну а лучше съесть лимон! Хоть и очень кислый он.

**Зайка:** Спасибо ребята! Я теперь обязательно буду кушать только продукты полезные, в которых много витаминов! До свидания, ребята! (Зайка уходит.)

Воспитатель: Ребята вы сегодня молодцы! Вы так много знаете о полезных продуктах, и я буду, надеется, что вы будете воплощать свои знания в жизни и болеть вы тогда ни когда не будете, Молодцы! А теперь скажите о, чем мы сегодня с вами говорили?

(Ответы детей.)

-А что нового мы для себя сегодня усвоили?

-Что еще?

-Вам понравилось?