

Конспект занятия
«Незнайка в детском саду»
(вторая младшая группа)

Цель: Формировать у детей младшего дошкольного возраста потребность к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Сформировать понятие о важности правильного питания.
2. Дать представление о полезной и вредной пище.
3. Формировать умение взаимодействовать в сюжетах с двумя действующими лицами.
4. Развивать зрительное внимание и мышление.

Оборудование: демонстрационный материал «где живут витамины?», картинки «полезные продукты», муляжи фруктов.

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята сегодня я хочу рассказать вам сказку. Хотите послушать?

Дети: ответы детей.

Воспитатель: Скажите, а где у вас находится сердечко, давайте его послушаем.

(дети показывают, если кто не знает, помочь тем детям)

- Слышите, как оно стучит? Ответы детей.

А теперь покажите, где у вас глаза, нос, животик. *(и т.д. дети показывают все части тела).*

Это всё называется – организм человека и ребёнка.

- А теперь послушайте сказку.

«На свете живут витаминки, они маленькие, что их никто не замечает, у каждой витаминки есть своё имя, как и у каждого из нас. Наши витаминки живут в продуктах, но только в тех, которые полезные для человека. Вместе с пищей они попадают в организм человека. *(Дети слушают и рассматривают картинки, где живут витамины).*

Воспитатель: Вот посмотрите витаминка А - эта витаминка полезна нашим глазкам. А живёт она в продуктах: свёкла, дыня, морковь, петрушка, помидор, капуста).

(Изображение витамина А - человек красного цвета).

Воспитатель: Ребята, а сейчас мы познакомимся с витаминкой В

(Изображение витамина В - человек зелёного цвета).

Эта витаминка помогает работе вашего сердечка. Посмотрите на картинки *(мясо, сыр, хлеб, банан, горох)*. Вот в этих продуктах живёт витамин В.

Воспитатель: - Посмотрите, а вот витамин С *(изображение витаминки С – человек жёлтого цвета)*

Эта витаминка укрепляет наш организм, делает человека **здоровым**, и человек неподвержен простудам.

Воспитатель: Посмотрите ребята на картинки и скажите в каких продуктах живёт витамин С *(показ картинок)*

Дети: в чёрной смородине, апельсине, лимоне, луке, картошке, петрушке.

Воспитатель: Какие вы молодцы.

А вот витамин Д (*изображение витамина Д – человек синего цвета*). Этот витамин делает наши руки и ноги крепкими. А живёт витамин Д в говяжьей печени, желтке, сливочном масле, твороге.

Воспитатель: Ребята, а вот у витаминок есть враги – это микробы. Если у человека в организме много плохих микробов он начинает болеть.

Воспитатель: Предлагаю вам немного отдохнуть.

Физкультминутка

Девочки и мальчики,

Представьте, что вы зайчики (*детки делают «ушки» ручками над головой*)

Раз, два, три, четыре, пять,

Начал зайнышка скакать (*скачут на двух ногах*)

Прыгал зайнышка весь день,

Прыгать зайнышке не лень.

В дверь постучались.

Воспитатель подходит к двери и открывает её.

Воспитатель: Ребятки, к нам в гости пришёл Незнайка (*показ игрушки*). Что-то он грустный, наверно заболел. Давайте узнаем, что случилось.

Незнайка рассказал, что он не любит кушать кашу, яблочки, пить молочко. А любит только кушать конфеты, и у него стал болеть животик. Потому что в организм попали плохие микробы. Мама Незнайки вызвала врача, он приехал, посмотрел и сказал: «что нужно меньше кушать сладкое, иначе у тебя в животике поселятся микробы, и будешь болеть всегда.

Ребята давайте поможем нашему Незнайке, чтобы микробы плохие исчезли у него. Что для этого надо сделать?

Воспитатель: Правильно ребятки нужно кушать полезные продукты.

А какие полезные продукты мы с вами знаем? Давайте вспомним наших разноцветных человечков. Ответы детей.

В молоке, моркови и лимоне очень много витаминок.

Незнайка понял, что нужно есть не только сладкое – конфеты, пирожное, мороженое, но и пить молоко, есть много мяса, овощей и фруктов. Я предлагаю разложить по тарелочкам те продукты, которые полезные. Незнайка посмотрит и всё запомнит. (*Дети находят картинки и раскладывают на тарелочки*).

Воспитатель: Теперь Незнайка ты знаешь, что нужно меньше употреблять в пищу сладкое и вредное, а необходимо как можно больше есть фруктов и овощей и кушать полезную еду.

Незнайка: Спасибо ребята, теперь я знаю, какие продукты полезные для нашего организма.

Воспитатель: Ребята давайте попрощаемся с Незнайкой скажем ему до свидания. И чтобы он всегда слушался маму.

Дети прощаются с Незнайкой.