Занятие «Наши друзья витамины»

**Цель:**

Формирование у детей представления о правильном питании.

**Задачи:**

Закрепить понятие детей о значении витаминов для здорового развития организма.

Закрепить знания детей о видах витаминов и их источников.

Обобщить понятия «овощи» и «фрукты».

Способствовать созданию активной позиции родителей в желании употреблять в пищу полезные продукты.

**Предварительная работа:**

Изготовление родителями мини – книжки для занятия «Наши друзья витамины.

Беседа на тему «Почему человеку нужны витамины?; « Питайтесь правильно: витамины это вкусно и полезно!»

 Совместно с родителями нарисовать и составить рассказ на тему «Мое любимое блюдо».

Изготовление коллажа «Полезные и вредные продукты».

Дети предварительно договариваются, как назовут свою книжку и каждую страничку в ней.

Ход занятия.

Ребята первую страницу назвали **«Веселый огород».**

Проводится дидактическая игра «**Где живет витаминка».**

Дети делятся на две команды. Ребенок первой команды показывает картинку с витамином, а игроки другой команды показывают картинки с изображение овощей и фруктов, в котором он есть. Далее наоборот. Картинки вставляют в кармашки на страничку.

Далее дети играют в подвижную игру «Виноградинки».

Вторая страница **«Мое любимое блюдо»**

Дети презентуют свои любимые блюда из овощей и фруктов и помещают картинки в кармашки. Воспитатель называет свое любимое блюдо и спрашивает детей, может, кто- то хочет помочь посолить капусту. Проводится пальчиковая игра «Засолка капусты».

Третья страница **«Дерево здоровья и дерево не здоровья»**

Ребята, давайте с вами поиграем. Нужно быть внимательными: если в стихотворении говорится про полезную еду, вы это подтверждайте и отвечайте на вопрос *«Да»*, если про неполезную — отвечайте *«Нет»*.

- Каша - вкусная еда, это нам полезно?

-Лук зеленый есть всегда, вам полезно, дети?

-В луже грязная вода, пить ее полезно?

- Щи - отличная еда, щи - полезны детям?

- Мухоморный суп всегда, есть полезно детям?

-Фрукты - просто красота! это нам полезно?

- Грязных ягод иногда, съесть полезно, детки?

-Овощей растет гряда, овощи полезны?

-Сок, компот на обед, пить полезно детям?

-Съесть мешок большой конфет - это вредно, дети?

 Обращает внимание детей на карточки, где нарисованы дети грустные и радостные. Спрашивает, почему грустные?, почему радостные? дети объясняют и показывают при помощи героев пальчикова театра, как ходят тихо дети, когда болеют и быстро бегают, когда здоровые и радостные.

Воспитатель говорит, дети много знают о витаминах, создали свою книгу. Может быть, кому то в детском саду хотите показать книгу и рассказать о пользе витаминов. Дети решают, что пойдут в группу «Малышок».