**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ДЕТСКИЙ САД №22 ст. КАВКАЗСКАЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН**

**Конспект непосредственной образовательной деятельности**

**«Витамины и здоровье»**

**В первой младшей группе «Ромашка»**

Воспитатель: Вартанян Н.В.

**Цель:** формировать у детей младшего возраста потребность к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- познакомить детей с понятием «витамины», с тем, какую пользу они приносят людям.

- учить детей различать витаминосодержащие продукты.

- развивать внимание, мышление, воображение; активный и пассивный словарь.

- помочь понять детям, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

- закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания.

- развивать мелкую моторику пальцев.

- воспитывать у детей желание заботится о своем здоровье.

Ход образовательной деятельности

*Воспитатель:* В круг скорее становитесь, крепче за руки держитесь. Поиграть уже пора, вы играть хотите? Да!

Дети, посмотрите. К нам в гости кто – то пришел, хотите посмотреть кто? Присаживайтесь на стульчики и будем смотреть.

Воспитатель показывает куклу Витаминку

Воспитатель: У нее есть сестренки – витаминки, только их нельзя увидеть, они живут в разных полезных продуктах, вы хотите с ними познакомится? Тогда отправляемся в страну Витаминов, и там с ними познакомитесь. Счастливого вам пути!

Воспитатель подводит детей к доске, на которой прикреплены картинки овощей и фруктов.

*Воспитатель:* Ребята, что вы видите на доске?

Дети: Апельсин, лимон, капуста…

*Воспитатель:* в этих фруктах и овощах много витаминов, которые защищают нас от болезней, если мы будем их кушать, то никакая простуда нам не страшна.

От простуды и ангины помогают апельсины,

Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

На столе разложены изображения гречихи, черного хлеба, фасоли, гороха.

Воспитатель подводит детей к столу. Дети внимательно рассматривают картинки.

*Воспитатель:* В этих продуктах тоже живут витамины. Если мы их будем есть. То у нас будет здоровое сердце, и мы будем очень умными.

Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку,

Черный хлеб полезен нам и не только по утрам!

Физминутка

Будешь кушать витамины.

Будешь очень, очень сильным - показывают силу.

Будешь бегать далеко – бег на месте,

Будешь прыгать высоко – прыжки на двух ногах.

Будут ножки танцевать – выставляют ногу на носок.

И усталости не знать!

*Воспитатель:* пора нам идти дальше по стране Витаминов. А что вы видите здесь?

(на столе лежит изображения моркови, помидора, свеклы, перца)

Воспитатель: если вы, детки, будете кушать эти продукты, вы будете хорошо видеть и слышать, у вас будут здоровые зубки.

Помни истину простую, лучше видит только тот,

Кто морковь жует сырую, или сок морковный пьет!

Ну, вот и закончилось наше путешествие.

*Воспитатель:* дети, где мы с вами побывали? Что видели? А зачем людям нужны витамины?

Ответы детей.