

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №172» общеразвивающего вида

**Конспект открытого занятия на тему:  
«Полезные продукты – овощи и фрукты»  
для детей старшего дошкольного возраста.**

**Воспитатель:**

**Юшкова О.В.**

**Барнаул 2022**

**Цель:** Формирование представлений детей о полезной пище; об овощах и фруктах, полезных для растущего организма детей.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Формировать первоначальные представления о витаминах А, В, С.
- Различать витаминосодержащие продукты питания (*овощи, фрукты*).
- Познакомить, как витамины влияют на организм человека.
- Активизировать употребление в речи существительные с обобщающим значением (*овощи, фрукты*).
- Узнавать овощи и фрукты с участием различных анализаторов.
- Вызывать интерес и потребность к правильному питанию.

**Развивающие:**

- Развивать мышление, память, речевые способности детей.
- Развивать познавательный интерес; восприятие детей.
- Активизировать словарь.

**Воспитательные:**

Воспитывать заботливое отношение к своему здоровью, самостоятельность.

**Предварительная работа:** дидактические игры на повторение материала, чтение стихов и рассказов о фруктах и овощах, беседы о пользе овощей и фруктов, рисование овощей и фруктов.

**Материалы и оборудование:** картинки с изображением различных фруктов и овощей, свежие фрукты и овощи, мешочек (для фруктов и овощей) картинка витаминов, корзинка, ваза, пазлы (фрукты и овощи), бананы для сюрпризного момента,

**Содержание организационной деятельности детей.**

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент:**

В: Ребята я вас приглашаю встать вокруг. (*Дети заходят в группу и встают на ковёр кругом*). Сегодня к нам пришли гости, давайте с ними поздороваемся (*дети здороваются и ласково улыбаются*).

А сейчас мы с вами настроимся работать и проведём небольшую разминку (Психогимнастика «Заряд бодрости»).

Мои ушки слышат всё  
Мои глазки видят всё  
Я вдыхаю аромат цветов.

**2. Основная часть:**

*Дети садятся на стульчики.*

В: Ну вот теперь мы готовы с вами слышать, видеть и рассказывать. Ребята вы слышите к нам кто-то стучится? Кто же это? (*Заходит Незнайка*).

Ребята, сегодня на занятие к нам пришел гость. Кто это? (*Незнайка*). Давайте с ним познакомимся.

Д/игра «Назови ласково свое имя».

В: Незнайка принес нам подарки. Все они в корзине. А узнаем, что принес нам Незнайка, когда отгадаем загадки (*яблоко, лук, лимон, огурец, картофель, морковь, свекла*).

Незнайка:

Загадки:

Я – крепкое, хрустящее,

Чудо настоящее.

Желтое и красное –

Кожица атласная.

А ещё румяное

Детям всем желанное! (*яблоко*)

Красный нос в землю врос,

А зеленый хвост не нужен,

Нужен только красный нос.

(*Морковь*)

Он на дереве растёт, Белым цветом он цветёт.

Как созреет – Станет жёлтым. Он по вкусу чемпион, Очень-очень кислый он. Ответ: (лимон).

Закопали в землю в мае

И сто дней не вынимали,

А копать под осень стали —

Не одну нашли, а десять!

Как ее названье, дети? (*картошка*)

Что за фрукт на вкус хорош. И на лампочку похож,

Бок зеленый солнцем греет, Он желтеет и краснеет? Ответ (Груша)

Кто его раздевает, тот слезы проливает. (*лук*)

Этот сладкий фрукт растет. В жарких странах круглый год. Очень любят обезьяны. Кушать спелые ... (Бананы)

Сложно без неё прожить –

Борщ уж точно не сварить

И не сделать винегрета,

Чтоб был красного он цвета. (*Свёкла*)

Витаминами богат, Каждый будет долька рад, Мама, папа, дочка, сын

Едят сочный... (апельсин.)

Всем его полезно есть,

Он помощник при простудах,

С ним вкусней, острее блюда.

Отломи скорей зубок – узнаёшь его? (*Чеснок*)

(отгадываем загадку – достаём овощи и фрукты, помогаем Незнайке рассортировать их сразу спрашиваем овощ это или фрукт? Что можно приготовить?).

В: А сейчас послушаем, что расскажет нам Незнайка о витаминах.

Н: Витамины бывают в таблетках. Вот такие. А еще они живут в разных продуктах. Особенно витаминов много в овощах и фруктах, что делает их вкусными и полезными. Витаминов много, у каждого есть свое имя, все они важные, но самые главные из них – это витамины А, В, С.

В: Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубки, вам нужен витамин А (дети называют овощи и фрукты, в которых есть витамин А). (Показываю картинки овощей или фруктов дети называют). (морковь, картофель, тыква, помидор, огурец, перец, абрикос, персик, дыня).

В: Витамин В помогает работать самому главному нашему органу – сердцу. Он улучшает настроение. Если вы часто плачете, вам нужен витамин В (называем продукты). (кукуруза, свёкла, баклажан, яблоко, груша).

Витамин С – это витамин здоровья. Он укрепляет весь организм, помогает защититься от простуды, быть бодрым. Если часто болеете, вам нужен витамин С (показываем и называем продукты). (Капуста, редис, лимон, апельсин, киви).

В: Хорошо ребята. Теперь мы узнали в каких овощах и фруктах содержатся полезные витамины.

### **Физминутка «Фрукты»**

**(около стульчиков)**

Будем мы варить компот (маршируют на месте)

Фруктов нужно много. Вот.

Будем яблоки крошить, (показывают, как крошат)

Грушу будем мы рубить, (показывают, как рубят)

Отожмем лимонный сок, (показывают, как отжимают)

Слив положим и песок. (показывают, как кладут, насыпают сахар)

Варим, варим мы компот, (поворачиваются вокруг себя и хлопают в ладоши)

Угостим честной народ.

В: А сейчас, ребята, я приглашаю вас подойти к столам и собрать картинку (На столах заранее приготовлены кусочки пазлов). Дидактическая игра «Собери картинку».

Дети собирают пазл. Кто собрал называет фрукт или овощ и садится на стульчик.

### **3. Заключительная часть. Сюрпризный момент. Анализ занятия:**

В: Ребята, все овощи и фрукты очень полезны и витамины в них крепко дружат. Витамины необходимы для здоровья человека. Поэтому надо больше есть овощей и фруктов. Особенно детям, чтобы вырасти крепкими, сильными и здоровыми.

В: Ребята, вы все молодцы. Давайте попрощаемся с Незнайкой и расскажем ему стихотворение о здоровье.

Стихотворение рассказываем все вместе на сидя на стульчиках.

Чтоб здоровым, сильным быть,  
надо овощи любить и конечно фрукты.

Все без исключения,

В этом нет сомнения!

В: Молодцы ребята. *Прощаемся с Незнайкой.*

А у меня для вас ещё есть подарок. *Вношу корзиночку с бананами.*

Вам понравилось наше занятие? (ответы детей).

Что мы с вами делали? (ответы детей).

Как вы думаете овощи и фрукты, полезные для здоровья?

Вы любите есть овощи и фрукты?

Молодцы ребята. Ну вот наше занятие и закончилось. Всем спасибо.