***Конспект НОД «Где живут витамины»***

***во второй младшей группе***

***Цель:***- познакомить детей с витаминами, их значение для ребенка, овощах и фруктах, в которых они содержаться.
***Задачи:*** - воспитывать у детей потребность быть здоровым;
- познакомить детей с понятием «полезные и неполезные продукты»;
- продолжать формировать представления о пользе витаминов для организма человека;
- формировать у детей понимание того, что здоровье зависит от правильного питания - пища должна быть полезной;
***Материал:***
Мольберт, картинки с изображением продуктов;
схема с изображениями продуктов питания и названиями витаминов, которые в них содержатся.

***Предварительная работа:*** - беседа «Для чего человек ест?»;
- игра «Полезное - неполезное»;
- беседа о витаминах;
- беседа о гигиене.
*Наглядные:*
- рассматривание картинок с изображением фруктов и овощей;
- показ картинок «Где живут витамины»;
- дидактическая игра «Полезное - неполезное»

***ХОД:***

*Воспитатель:* - Здравствуй, солнце золотое!
Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, лёгкий ветерок!
Здравствуй, маленький цветок! Здравствуй, утро! Здравствуй, день! Нам здороваться не лень!

 - Ребята, для чего мы с вами едим? (Ответы детей: мы едим для того, чтобы расти, чтобы у организма были силы)
*Воспитатель*: - Ребята, как вы думаете, а все можно кушать? Все продукты полезны для нашего организма? (ответы детей)
- Давайте поиграем в игру. Она называется «Полезное - неполезное»

***Игра «Полезное - неполезное»***

Я вам буду вам по очереди давать картинки, а вы мне будете говорить, полезны эти продукты или нет! И почему! Хорошо?

 *Воспитатель:* - Молодцы, вы справились с заданием.
- А знаете ли вы, что продукты будут полезными, только если в них живут витамины!
- Кто знает, для чего нужны витамины? (ответы детей)
- Я вам хочу рассказать немного о витаминах.

- Витамины обозначаются буквами. А, В, С, Д. ***Витамин А*** - важен для зрения и роста. Его много в моркови, сливочном масле, яйцах, помидорах, петрушке.

***Витамин В*** - помогает работать нашему сердцу, помогает организму бороться с разными болезням. Его много в семенах подсолнуха, в печёнке, в мясе, в свежих помидорах, в фасоли, в яйцах, хлебе, в молоке.

***Витамин С*** - укрепляет весь наш организм, защищает от простуды и других болезней. Когда его мало в пище, человек слабеет. Этот витамин есть в свежих фруктах - в апельсинах, грейпфруте, лимонах, хурме и бананах, а также в сырых овощах - помидорах, жёлтой репе, моркови, капусте, луке, чесноке.

***Физкультминутка:***

Будешь кушать витамины,

Будешь очень, очень сильным  (*показывают силу в руках*)

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: - Ребята, отгадайте мои загадки.

- Круглое, румяное,    Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
  И маленькие детки. (*Яблоко*)

**-** Жёлтый, кислый, ароматный, В чае с сахаром, приятный. Витаминов полон он.. Как зовут его? (*Лимон*)

**-** Этот фрукт на вкус хорош
 И на лампочку похож.
  Желтая лампочка висит.
  Скушать нам себя велит. (Г*руша*)

*Воспитатель*: - Правильно! А теперь скажите мне: эти вкусные продукты как зовутся одним словом?

*Дети:* - Фрукты.

*Воспитатель:*- А  где растут фрукты? (ответы детей)

*Воспитатель:***-** А что можно из фруктов приготовить? (ответы детей)

*Воспитатель:*- Молодцы! Слушайте  следующую загадку:

-Что за скрип? Что за хруст? Это что ещё за куст? Как же быть без хруста, Если я … *(Капуста*)

           -  Корешок оранжевый под землей сидит, Кладезь витаминов он в себе хранит, Помогает деткам здоровее стать,   Что это за овощ, можете сказать? (*Морковь*)

         - Он на грядке вырастает  Никогда не обижает Ну,  а плачут все вокруг Потому что чистят…. (Л*ук*)

*Воспитатель:* - Ребята, скажите, а как одним словом можно назвать эти отгадки на мои загадки? (*Овощи*)

*Воспитатель:*- А  где растут овощи?

*Дети:* - В огороде, на грядках.

*Воспитатель:* - Молодцы ребята, отгадали все мои загадки.

***Дидактическая игра « Чего не стало»***

***Цель:*** - способствовать развитию памяти, внимания, наблюдательности, учить применять имеющиеся знания в новых условиях, упражнять в образовании формы родительного падежа единственного числа.

***Итог:***

*Воспитатель:* - Ребята, давайте вспомним, о чем мы сегодня говорили!
- Как мы должны питаться?
- Сегодня мы познакомились и узнали много нового о витаминах, которые живут в овощах и фруктах, а также в продуктах, которые необходимы для жизни человека.

Витамины нам полезны,
Это точно знаю.
Только их не из таблеток
Я употребляю.
Получаю их из пищи
Вкусной и полезной.
Где же прячутся они?
Очень интересно.
Объясняет мама мне
Они прячутся везде.
Ты из фруктов, овощей,
Получай их поскорей.