

Тамбовская область Никифоровский район  
р. п. Дмитриевка МБДОУ детский сад «Алёнка»

«Здоровье детей в здоровой семье»

Конспект НОД в группе общеразвивающей  
направленности от 5 до 6 лет «Чудо овощи!»

Музыкальный руководитель МБДОУ д/с  
«Алёнка» Ленкова Евгения Олеговна

Воспитатель МБДОУ д/с «Алёнка»  
Зайцева Раиса Васильевна

2013 г.

**Тема: «Здоровье детей в здоровой семье»**

**Название:** « Чудо овощи!»

**Возрастная группа:** Группа общеразвивающей направленности от 6 до 7 лет.

**Интеграция:** Познание, коммуникация, социализация, здоровье, физическая культура, музыка, развитие речи.

**Воспитатель:** Зайцева Раиса Васильевна

**Музыкальный руководитель:** Ленкова Евгения Олеговна

**Цель:** Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.

**Задачи:**

1. Формировать навыки коммуникативного общения.
2. Формировать представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
3. Обучать элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации).
4. Формировать представления о правильном (здоровом) питании, полезных продуктах.
5. Сформировать представление о позитивных факторах влияющих на здоровье.
6. Закрепить представление об основных свойствах овощей и фруктов.
7. Формировать умение строить круг, сопровождать пение движением, исполнять ведущие роли.

**Использовать элементы здоровьесберегающих технологий, как:**

дыхательная, пальчиковая гимнастики, релаксация.

**Методы и приёмы:**

1. Рассматривание овощей;
2. Чтение стихотворений;
3. Загадки об овощах;
4. Песня-хоровод «Огородная -хороводная»;

**Используемая литература:**

1. Детство. Программа развития и воспитания детей в детском саду / В.И. Логинова и др. – М.: Детство-Пресс, 2010.
2. «Ладушки» / И. Каплунова, И. Новооскольцева. // Праздник каждый день. Программа музыкального воспитания детей. – СПб.: Композитор, 1999.

3. Уланова Л. А., Иордан С. О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3 – 7 лет.-Спб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010.
4. Ёлкина Н, В. Учим детей наблюдать и рассказывать: популярное пособие для родителей и педагогов/ Н. В. Ёлкина, О. В. Мариничева.- Ярославль: Академия развития,1997 г.
5. Полная хрестоматия для дошкольников с методическими подсказками для педагогов и родителей: В 2 кн./ Сост. С. Д, Томилова.- Екатеринбург: У- Фактория, 2006 г.
6. Осень в гости к нам пришла: сценарии утренников и развлечений для дошкольников/ сост. Н. М. Амирова и др.- Волгоград: Учитель, 2009.
7. [https:// www.ipk.68edu.ru](https://www.ipk.68edu.ru)
8. <http://eor-np.ru>

**Материалы, пособия:**

**Оборудование и материалы:** музыкальный центр, компьютер, телевизор.

**Демонстрационный материал:** муляжи фруктов и овощей.

**Раздаточный:** маски с изображением овощей.

**Предварительная работа:** Заучивание стихов. Разучивание хоровода. Рассмотрение иллюстраций с изображением фруктов, овощей и ягод. Проведение прогулок по теме: «Закрепление знаний детей о растительном мире, уточнение что, где растёт, их вкуса».

Музыкальный материал:

1. «Урожайная» Ф. Филиппенко.
2. «Огородная – хороводная» Б. Можжевелова
3. «Вальс» Шуберт

### Ход занятия:

**Дети входят в зал под музыку «Урожайная» Ф. Филиппенко.**

**Воспитатель.** Здравствуйте ребята. Сейчас мы с вами отправимся в путешествие в удивительную страну, которая называется Витаминия. Усаживайтесь удобнее и приготовьтесь к полету. Расслабьтесь, закройте глаза. Мы летим высоко. Приятно греет солнышко, ветер обдувает наши лица. Мы летим. Я теперь открывайте глаза.

Вот мы и попали в страну Витаминию. Витамины это такие вещества, которые помогают детям, расти крепкими и здоровыми. И растения и животные сами могут вырабатывать витамины, а вот человек делать не может. Поэтому человек должен получать витамины с пищей. Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах питания, которыми питаются люди. И если ребенок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растет.

Где живут витамины?

**Дети:** перечисляю овощи. (В продуктах питания.)

**Воспитатель.** Чтобы быть здоровым, умным, сильным, человек должен получать витамины с пищей. Если ребёнок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растёт. А как вы думаете, в какое время года мы получаем витаминов больше всего?

**Дети:** Летом и осенью.

**Воспитатель:** Почему?

**Дети:** Потому что летом и осенью растут ягоды, фрукты, овощи.

**Воспитатель.** Ребята, назовите овощи и фрукты, которые вы знаете и любите.

**Дети** перечисляют.

**Воспитатель.** Молодцы. Ребята, что нужно для того что бы росли овощи и фрукты?

**Дети.** Вода и солнце.

**Воспитатель.** Ребята, а вы умеете определять на вкус, фрукты и овощи.

**Дети.** Да.

### Игра « Узнай на вкус».

*Детям предлагается угадывать овощи с закрытыми глазами: помидор, яблоко, морковь.*

### Воспитатель. А сейчас физ. минутка.

Пейте все томатный сок,	Ходьба на месте
Кушайте морковку!	Руки к плечам, руки вверх.
Все ребята будете	руки на пояс, наклоны в сторону
Крепкими и ловкими	руки на пояс, приседания.
Грипп, ангину, скарлатину -	руки на пояс, прыжки
Все прогонят витамины!	ходьба на месте.

**Вед.** Ребята, посмотрите к нам в гости пришла бабушка «Алёна»

**Бабушка.** Здравствуйте ребята. Я бабушка Алёна. Я принесла вам корзинки, а вот что там посмотрим?

### **Игра «Назови одним словом».**

1. Овощи
2. Фрукты.
3. Ягоды.

**Бабушка.** Ребята, а сейчас я вам загадаю загадки. Будьте внимательны.

**(Бабушка загадывает загадки про овощи используя электронные ресурсы) пр. 1.**

**Бабушка.** Молодцы. Отгадали все загадки. А вы знаете стихи про овощи?

*Дети читают стихи про овощи.*

**Морковка:** А я красавица-девица, зелена косица.

И собою я горжусь!

Я для супа и для щей,

И салата и борщей.

**Капуста:** Я белая и сочная, я полезна и вкусна.

**Лук:** Я полезный самый, в том даю вам слово.

Лук любой вы ешьте – будете здоровы.

**Воспитатель.** Ребята, а мы с вами знаем очень веселую песенку – хоровод про овощи, давайте для нашей бабушки споем и спляшем.

### **«Огородная – хороводная» Б. Можжевелова.**

#### **Пальчиковая гимнастика “Хозяйка однажды с базара пришла”**

Хозяйка однажды с базара пришла, (Шагают пальчиками по столу.)

Хозяйка с базара домой принесла (Загибают по одному пальцу на обеих руках.)

Картошку, капусту, морковку,

Горох, Петрушку и свеклу. ОХ! (Хлопок.)

Вот овощи спор завели на столе - (Попеременные удары кулачками и ладонями.)

Кто лучше, вкусней и нужней на земле.

Картошка? Капуста? Морковка? (Загибают пальчики на обеих руках.)

Горох? Петрушка иль свекла? ОХ! (Хлопок.)

Хозяйка тем временем ножик взяла (Стучат ребром каждой ладони по столу.)

И ножиком этим крошить начала

Картошку, капусту, Морковку, (Загибают пальчики.)

Горох, Петрушку и свеклу. ОХ! (Хлопок.)

**Воспитатель.** А сегодня мы посмотрим кто из ребят быстрее соберет овощи и фрукты.

**Игра: «Собери овощи и фрукты»**

**Ведущий.** Молодцы. Вы помогаете своим мамам варить щи, компоты.

**Дети.** Да.

**Воспитатель.** Сейчас мы посмотрим как вы знаете из чего варят суп , а из чего компот.

**Игра: «Рассортируй овощи и фрукты».**

**Воспитатель.** Дети хорошо справились с заданием, а теперь посмотрим, как родители смогут выполнить задание.

**Конкурс для родителей:**

**1. «Собери ложкой картошку»**

В игре участвуют по два человека. На пол рассыпают 6-8 картофелин. У каждого корзинка и деревянная ложка .По сигналу надо собирать картошку, по одной штуке, и класть ее в корзинку. Побеждает, собравший большее картошки за определенное время.

**2. "Съешь яблоко без рук «Яблоко повесить на веревочку».**

Задание – укусить яблоко (руки при этом за спиной).

**Воспитатель.** Вот и подходит к концу наше путешествие и нам пора возвращаться из страны витаминия в группу садитесь на ковер – самолет.

**Релаксация**

Статическое положение , лежа на ковре.

( звучит « Вальс» Шуберт)

Педагог:

- Наши ножки устали

(дети садятся на ковер, поглаживают

Они прыгали, скакали.

ноги )

- Наши ручки устали,

(поглаживают руки)

Они хлопали, играли.

- Глазки закрываются,

ложатся на спину и закрывают

глаза)

Реснички опускаются.

Глазки засыпают,

Дети отдыхают.

Глаза голубые у киски моей

А небо над ними еще голубей.

Оно голубое, как тысячи глаз

Мы смотрим на небо,

А небо на нас.

**Воспитатель.** Ребята, вот мы и прилетели. В стране Витаминия мы увидели и узнали много интересного. Давайте скажем чем полезны овощи и фрукты?

**Дети.** В них много витаминов.

**Рефлексия.**

**Бабушка.** Ребята, у меня сегодня было не очень хорошее настроение, но после нашей встречи у меня поднялось настроение. Мне радостно о того что вы теперь знаете, что в овощах и фруктах есть много витаминов и их надо как можно больше есть, для того что бы быть здоровыми и меньше болеть. А у вас поднялось настроение?

**Дети отвечают.**

**Бабушка.** Я хочу вам угостить морковкой, которая выросла на моём огороде.

*Бабушка угощает всех морковкой.*