

**МБДОУ ДС №13 пос. Ясенская Переправа МО
Ейский район**

КОНСПЕКТ

Комплексно- тематического занятия

Тема: " Как мы спасали Витаминку"

Задачи:

Обучающая: Познакомить детей с понятием - "здоровая, полезная пища", дать представление о различных системах питания, закрепить знания о пользе витаминов.

Развивающая: Развивать мыслительную деятельность детей, способность делать выводы, обобщать информацию.

Воспитательная: Воспитывать у детей желание самостоятельно заниматься физкультурой.

Оборудование: муляжи овощей и фруктов, коробочки и пластиковые бутылочки из -под молочных продуктов, три стола, фартуки, салфетки, карточки с изображением овощей и фруктов, костюм короля, костюм принцессы, атрибуты для аттракциона "Магазин", свежие овощи, корзинка мяч, ширма, подборка фонотеки с музыкой для физкультминутки и танца.

Предварительная работа: Беседы о питании, чтение произведений"

Русская народная сказка: "Петушок и бобовое зернышко", "Горшочек каши", "Купите лук..." шотландская народная песенка, "Баллада о королевском бутерброде" А.Милн.

Ход занятия интегрированной образовательной деятельности

Воспитатель: В одном сказочном государстве, у царя Обжоры пятого, родилась дочь - Витаминка. С каждым годом принцесса Витаминка вырастала все больше и становилась все краше, а король все толще. Король очень любил поесть, и чем толще он становился, тем больше портился его характер. А вот как только принцесса выросла, король решил, что такой красавицей может любоваться только он, и заточил принцессу в высокую башню. И как только это произошло, так сразу в сказочном королевстве все жители стали болеть, потому, что из продуктов исчезли витамины. Ребята, как вы думаете, хорошо, что принцесса Витамина сидит взаперти?

Дети: нет.

Воспитатель: Тогда нам придется идти и вызволять принцессу, ведь мы тоже не можем жить без витаминов, не будут у нас крепкими мышцы и кости, ухудшится зрение, мы будем чаще болеть.

Ритмический танец: "Если с другом вышел в путь" муз. В Шаинского.

(дети садятся на места, на трон садится король).

Воспитатель: Вот мы и в сказочном королевстве, а вот и сам король.

Король: Здравствуйте. Зачем пожаловали в мое королевство?

Воспитатель: Мы вас просим выпустить принцессу Витаминку, а то без нее болеют все ваши подданные.

Король: Хорошо, но сначала вылечите меня, а то я что-то в последнее время даже на второй этаж подняться не могу.

Воспитатель: ваше величество, причина вашей болезни - излишний вес.

Король: вам, что не нравится моя фигура?

Воспитатель: Нет, не нравится, и быть толстяком неприлично и тяжело.

Ребенок: Робин Бобин Барабек скушал сорок человек,

И корову, и быка, и кривого мясника,

И телегу, и дугу, и метлу и кочергу,

Скушал церковь, скушал дом, и кузницу с кузнецом, А

потом и говорит: " У меня живот болит".

Король: А ведь и правда, когда я переел то сразу начинаю глотать таблетки.

Воспитатель: а вот чтобы не глотать таблетки лучше попробовать похудеть.

Король: Как похудеть? Что нужно делать?

Воспитатель: Для этого нужна специальная диета, и полезные продукты. Вот сейчас мы поиграем в игру " магазин", где разделим все продукты на полезные не очень, и совсем не полезные для здоровья.

Игра-аттракцион: "Магазин"

Дети делятся на три команды, 1-я команда отбирает и выкладывает на свой стол муляжи продуктов, полезных для здоровья, 2-я команда - отбирает не очень полезные продукты, 3-я команда отбирает вредные продукты.

Ведущий вместе с детьми анализирует выбор продуктов каждой команды.

1 ребенок: Вот стоит стеклянный дом, покупаем в доме том,
помидоры и капусту, лук и перец очень вкусный,
Рыбу свежую и мясо и подсолнечное масло, Фрукты,
ягоды, салат- все полезно для ребят.

2 ребенок: В магазин везут продукты, но не овощи и фрукты:

Сыр, сметану и творог, глазированный сырок.

Привезли издалека три бидона молока.

Очень любят дети наши йогурты и простоквашу.

Это им полезно очень, в магазине брать молочное.

3 ребенок: Тот, кто хочет толстым стать, должен целый день жевать,

Плюшки, торт, конфеты, сахар, мясо, жареное в масле,

Есть котлете, шоколад, "Фанту" пить и лимонад.

Король: Ой, а на третьем столике моя самая любимая еда.

Воспитатель: Что вы, ваше величество, вам эти продукты кушать
категорически запрещено. Вот сейчас мы вам покажем фильм о питании.

Просмотр презентации: " Правильное питание".

Воспитатель: Ну вот, ваше величество, понятно?

Король: Да, понятно.

Воспитатель: Ну а теперь отгадайте загадки, ваше величество, могу вам
немного подсказать - эти загадки о полезных продуктах питания

Загадки

Там и тут, там и тут, что за зонтики растут,

Наша внучка морщит лоб, да ведь это же ... (укроп).

Пушистый и зеленый хвост на грядке горделиво рос,

Ухватился Ваня ловко, вылезай на свет... (морковь).

Он из тыквенной родни, на боку лежит все дни,

Как зеленый чурбачок, под названием...(кабачок).

Сорвала я стручок, надавила на бочок,

Он раскрылся, ох, хо, ох, покатылся вниз...(горох).

Круглолица, белолица, очень любит пить водицу,

У нее листочки с хрустом, и зовут ее...(капуста).

Воспитатель: Понимаете, ваше величество, как важно кушать овощи и фрукты, ведь в них больше всего витаминов.

Король: Да понимаю.

Игра: "Овощи и фрукты - лучшие продукты"

Ведущий бросает мяч игроку и говорит: " Овощи", ребенок, бросает мяч ведущему и называет любой овощ, и т.д.

Король: Ах, какая интересная игра, и как полезны овощи и фрукты.

Воспитатель: Да, ваше величество, а еще очень полезны для похудения занятия физкультурой.

Проводится комплекс ритмической гимнастики под песню

Г.Ветрова " Хула-хуп"

Король: Ой, как мне стало легко, вылечили вы меня, мне теперь кажется, что я не только на второй этаж, а даже на десятый поднимусь без труда. вот уж какие вы волшебники.

Воспитатель: Да нет же, мы не волшебники, это просто правильное питание и физкультура тебе король помогли.

Король: Вот и я выполню свое обещание - выпущу Витаминку из башни.

(уходит за ширму, выводит принцессу к детям)

Принцесса: Спасибо вам большое, за то, что уговорили моего папу выпустить меня, а я приготовила для вас самые важные витамины А, В, С, Д. (достает из корзинки свежую морковь, укроп, помидоры, огурцы и угощает ими детей).

