НОД с детьми 2 младшей группы «Где живут витамины»

Выполнила: воспитатель Ильичева Е.С.

Цель:
Снижение заболеваемости, сохранение и укрепление здоровья детей младшего дошкольного возраста, формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.
Задачи:
- Формировать у детей привычки к здоровому образу жизни.
- Познакомить детей с понятием «полезные и неполезные продукты»
- Формировать представления детей о том, что здоровье зависит от правильного питания – пища должна быть полезной;
- Учить играть в дидактические игры

Материалы и оборудование:
Мольберт, картинки с изображением продуктов;
Муляжи овощей и фруктов

ХОД

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, а почему мы часто болеем? А что делать, чтобы не болеть? А для чего мы с вами едим?
- Ответы детей.
Воспитатель: Ребята, как вы думаете, а все можно кушать? Все продукты полезны для нашего организма? (ответы детей) Правильно, одни продукты могут приносить нам пользу, а другие вред.
(Тук, тук…- слышится стук).
Воспитатель: Ребята, смотрите, к нам в гости пришла кукла Настя, но почему-то она очень грустная. Что с тобой, Настенька случилось, почему ты такая грустная? Настя отвечает, что у ей болит живот и зубы.

Воспитатель: Ребята, как вы считаете, почему Настенька заболела?
/Дети отвечают/ Правильно.

- Давайте поиграем в игру. Она называется «Полезное - неполезное».
Я вам буду вам по очереди давать картинки, а вы мне будете говорить полезны эти продукты или нет! И почему! Хорошо?
- Молодцы, вы справились с заданием.

А теперь мы будем делать овощной салат и варить компот!
Но сначала надо нам размяться.

Физкультминутка:
<u>Овощи и фрукты –</u>
(наклониться вниз, достать до пола руками (огород)
выпрямиться, потянуться руками вверх (сад))
вкусные продукты.
(погладить правой рукой по животику, затем левой рукой)
в огороде
(наклоны вниз, достать руками до пола (собираем урожай на грядках)
и в саду
(выпрямиться, потянуться руки вверх (собираем урожай в саду)
для еды я их найду
(погладить правой рукой по животику, затем левой рукой)

<u>«Фрукты»</u>
Будем мы варить компот. (маршировать на месте)
Фруктов нужно много. Вот. (показать руками - "много")
Будем яблоки крошить,
Грушу будем мы рубить,
Отожмем лимонный сок,
Слив положим и песок. (имитировать, как крошат, рубят, отжимают, кладут, насыпают песок)
Варим, варим мы компот, (повернуться вокруг себя)
Угостим честной народ. (хлопать в ладоши)

Поиграем, вот здесь много овощей и фруктов. Давайте в этой кастрюле будем варить компот, а в этой делать салат. /Дети по очереди берут овощи и фрукты, называют и говорят, куда нужно их положить.

ИТОГ:

Ребята, давайте вспомним, о чем мы сегодня говорили! Почему заболела кукла Настя? Что делать, чтобы не заболел живот и зубы, как у куклы?

Молодцы.