

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 157»**

**Конспект развлечения
на тему:**

«Однажды в королевстве витаминов...»



Воспитатели: Барабанова Юлия Александровна
Голякова Мария Николаевна

г. Ярославль
2019г.

Интеграция образовательных областей:

Познание; Коммуникация; Чтение художественной литературы; Музыка; Физическая культура.

Ведущая образовательная область: Познание.

Виды деятельности: игровая, коммуникативная, чтение.

Предварительная работа:

- 1) Рассматривание иллюстраций, муляжей, натуральных овощей, фруктов и ягод.
- 2) Разгадывание загадок о фруктах, овощах, ягодах;
- 3) Рисование по трафареты и раскрашивание овощей, фруктов и ягод;
- 4) Дидактические игры: «Что где растёт?»; «Разложи на группы»; «Отгадай по описанию» и т.д.
- 5) Составление рассказа описания по плану.

Материалы: Материалы и оборудование:

2 корзины, наборы муляжей овощей – фруктов, ведерко (3 шт.), маленькие мячи (3шт.), ложки (3 шт.), кегли, музыкальное сопровождение, иллюстрации с изображением фруктов, овощей.

Цель: Способствование сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

1. Формировать любовь к здоровому образу жизни, к полезным привычкам, сохранение и укрепление здоровья.
2. Закреплять знания о витаминах, их пользе для человека, о содержании их в овощах, фруктах и других продуктах.
3. Воспитывать дружеские отношения.
4. Развивать эмоциональную отзывчивость.



Ход развлечения:

Витаминка: Здравствуйте ребята! Меня зовут Витаминка. Я приглашаю вас отправиться в увлекательное путешествие в «Страну Здоровья». Но чтобы туда попасть нужно, быть ловким, умным, а самое главное - здоровым! - Кто хочет быть здоровым? А вы знаете, что такое здоровье? (ответы детей) Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается.



- А что нужно делать, чтобы не болеть? Правильно, нужно заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины.

- Ой! Я совсем забыла с вами познакомиться. Как меня зовут, вы уже знаете, а ваши имена мне ещё предстоит запомнить. Как вас зовут, ребята? (дети хором произносят свои имена) Ой, ой, ой ничего не понятно! Сейчас на счёт «Один, два, три» вы все вместе громко и разборчиво кричите своё имя так, чтобы я всех вас услышала.

Хорошо? Итак, приготовились: «Один, два, три...» (дети выкрикивают свои имена) Отлично! Так, Таня, Коля, Дима... Вот и познакомились! - А сейчас я проверю, кого больше – девочек или мальчиков, а заодно и посмотрю какие вы дружные. Девочки-похлопайте, мальчики- потопайте.

Витаминка: Ребята, а с чего нужно начинать каждое утро, чтобы быть здоровыми? (с зарядки) Правильно!

- Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно по утрам мы зарядку делаем!

Витаминка и дети выполняют ритмичные упражнения под музыку.

-Ребята, какие полезные продукты вы знаете? (ответы детей).

-Почему мы называем их полезными? (ответы детей).

-Да действительно ягоды, овощи и фрукты – основные источники витаминов и минеральных веществ. Большинство витаминов не образуются в организме человека и не накапливаются, а поступают только вместе с пищей. В природе витамины образуют в растениях, поэтому плоды, овощи, фрукты служат людям основным источником поступления витаминов в организм. Каждая травинка, каждый листик ловят солнечные лучи – источник жизни. Солнечный луч упадет на зеленый фрукт, ягоду, овощ и погаснет, но не пропадет, с его помощью в каждой ягоде, в каждом фрукте, в каждом овоще возникнут необходимые витамины.

-Давайте поиграем в игру «Подарки Красного солнышка». (дети отгадывают загадки и выкладывают на солнечные лучики отгадки-подарки.)

Желтый цитрусовый плод

В странах солнечных растёт.

Но на вкус – кислейший он,

А зовут его ... (лимон).

Под землей живет семья:

Папа, мама, деток тьма.
Лишь копни ее немножко –
Вмиг появится ... **(картошка)**.

С виду он как рыжий мяч,
Только вот не мчится вскачь.
В нем полезный витамин –
Это спелый ... **(апельсин)**.

Он круглый и красный,
Как глаз светофора.
Среди овощей нет сочной ... **(помидора)**

Все о ней боксеры знают,
С ней удар свой развивают.
Хоть она и неуклюжа,
Но на фрукт похожа ... **(груша)**.

Что за скрип, что за хруст?
Это что еще за куст?
Как же быть без хруста,
Если я ... **(капуста)**

-Солнышко помогает нашим фруктам, ягодам, овощам поспеть. Давайте и мы с вами немного отдохнём и представим, что мы все одно большое солнышко. (Дети берутся за руки, образуют большой круг, выполняют команды педагога. Вытянули ручки-лучики вверх, дотянулись, обняли друг друга и т.д.



Ведущий: Давайте спросим взрослых, какие они знают пословицы о пользе овощей, фруктов и других продуктов.

- Если будешь есть морковку, будешь бегать стометровку.
- Лук от семи недуг.
- У хозяина без капусты брюхо пусто.
- Щи да каша - пища наша.
- Кашу маслом не испортишь.
- Хлеб да вода - здоровая еда.

Игра «Поварята»

(Дети делятся на две команды. Между командами стоит большая корзина с муляжами овощей и фруктов. На другой стороне стоят два стола с кастрюлями. Каждой команде

даётся задание: сварить овощной суп или сварить фруктовый компот. По сигналу игроки по очереди берут один предмет из корзины. Бегут к столу с кастрюлей и кладут свой предмет).

Витаминка: Ребята, а какие полезные продукты вы знаете? (Дети перечисляют). Один мой знакомый мальчик, которого зовут Ваня Заболейкин, очень любит кушать конфеты, печенье, пирожные, чипсы, пить кока-колу, лимонад! Как вы думаете - это полезная еда? (ответы детей) Конечно, сладости можно употреблять в пищу, но как можно реже и в небольшом количестве!

Чтоб здоровыми вам быть, учтите вы заранее, что всем необходимо полезное питание!

Дидактическая игра «Полезно-вредно»

Из названных различных продуктов питания (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. д.) дети выбирают полезные. (если полезный продукт - хлопают в ладоши, если вредный - топают ногами).

Витаминка: А теперь предлагаю поиграть вместе с воспитателями:

Игра - эстафета «Витаминка» Дети и взрослые строятся в 3 колонны, напротив каждой команды полоса препятствий (кегли). В руках у ребёнка ложка с жёлтым мячом (Витаминка), необходимо донести в руке ложку с витаминкой до кегли вернуться обратно к команде и передать ложку следующему участнику.

Витаминка:

День сегодняшней чудесный,

Не растает без следа.

Я весёлый праздник этот,

Не забуду никогда!

Спасибо вам ребята, мне с вами было так интересно! А вам понравилось наше путешествие?

Я с вами прощаюсь.

Вам желаю не лениться,

Физкультурой заниматься,

Витаминами питаться.

Пить лишь соки и нектары,

Есть арбузы и бананы.

Яблоки, изюм и киви,

Манго сладкое и дыни,

Не болейте, улыбайтесь,

Быть здоровыми старайтесь!

А вечером вас ждёт сюрприз.

