

**Муниципальный этап
окружного конкурса
«Семья – основа государства»**

Номинация: «Семья, спорт и здоровый образ жизни»

Воспитатель: Захарова Е.Ю
МДОАУ д\с «Родничок»

**Совместная деятельность
взрослых и детей
«ВИТАМИНЫ МЫ ЕДИМ –
БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ ХОТИМ»**



Цель

Углублять и систематизировать представления детей о факторах, влияющих на здоровье

Задачи

1. Познакомить с понятием «витамины», их роли в жизни человека;
2. Систематизировать знания детей об овощах и фруктах, дать детям понятия «полезные», «вредные» продукты;
3. Активизировать работу с семьёй по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни;
4. Воспитывать стремление к здоровому образу жизни

Предварительная работа

- Беседы о правильном питании, о витаминах;
- Рассматривание иллюстраций;
- Чтение художественной литературы по данной теме: стихи, рассказы, сказки, потешки, загадки;
- Подбор дидактических игр;
- Посадка огорода на окне, уход за ним;
- Выполнение родителями и детьми поделок для выставки «Где живут витамины»;
- Создание предметно-пространственной развивающей среды

Психологический настрой

Приглашение детей в музыкальный зал, психологическое упражнение «Здравствуйте»

Цель: Создание положительной атмосферы



Вопросы к детям: «Что нужно делать, чтобы стать сильными, ловкими и здоровыми?»

Выполнение танцевальной зарядки с мячами

Цель: Воспитание стремления к здоровому образу жизни



Мотивационно-побудительный

Вопросы к детям: Что еще кроме зарядки нужно делать, чтобы стать сильными, ловкими и здоровыми?

Цель: Актуализация знаний детей о факторах влияющих на здоровье



Сюрпризный момент

Сценка «Привередница и Нехочуха»

Цель: Развитие умения отличать полезные и вредные продукты, анализировать свой выбор



Отгадывание загадок о фруктах и овощах
Цель: Актуализация знаний детей о фруктах, овощах



Динамическая пауза

Игра «Угадай, где растет»

Цель: Смена вида деятельности, поддержание интереса детей, развитие умения отличать фрукты и овощи



Вопросы к детям: Что можно приготовить из фруктов, из овощей?

Цель: Систематизация знаний детей о фруктах, овощах



Пальчиковая гимнастика: «Будем мы варить компот»

Цель: Развитие мелкой моторики, поддержание интереса детей



Беседа о витаминах

Цель: Закрепить знания детей о витаминах, их роли в жизни человека



Подвижная игра «Найди свой витамин»

Цель: Смена вида деятельности, поддержание интереса детей, развитие умения действовать по сигналу



Практическая работа

*Решение проблемной ситуации, экспериментирование
(отжимание сока из мандарин)*

Цель: Создание ситуации, когда нужно придумать, что сделать, чтобы «Привередница» и «Нехочуха» захотели есть полезную еду.
Привлечение к деятельности родителей



Приготовлении салатов из овощей детей и родителей

Цель: Активизировать работу с семьёй по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни





