Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 290 Дзержинского района Волгограда»

Конспект непосредственной образовательной деятельности по познанию окружающего мира в средней группе № 10

Тема: «Овощи и фрукты – наши друзья»

Воспитатель: Донброва А.О.

Цель: Формирование у детей среднего дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни.

Задачи:

• Формировать потребности к здоровому образу жизни, правильному питанию.

• Развивать смекалку, речь.

• Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов для жизни человека, о наличии витаминов в овощах, фруктах.

Материал: муляжи овощей и фруктов, плакат с изображением овощей, фруктов

**Воспитатель. Здравствуйте !** А вы знаете, вы ведь, не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: «здравствуйте», а значит «Здоровья желаю». Русская народная поговорка говорит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь».  
И я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми. А вы знаете какое сейчас время года? (Осень) правильно – осень, а осенью всегда собирают урожай овощей и фруктов. Ребята, а вы любите фрукты? (да)

Воспитатель: Ребята, какие фрукты вы знаете? (ответы детей)

Воспитатель: Где растут фрукты?

Дети: Фрукты растут на дереве.

Воспитатель: Ребята, какие овощи вы знаете?

Дети: морковь, огурец, капуста, помидор.

Воспитатель: Правильно, молодцы! Где растут овощи?

Дети: на грядке, в огороде, на земле.

. Скажите, что вы любите кушать больше всего?  
**Ответы детей.**  
**Воспитатель.** А как вы думаете, есть ли разница между «вкусным» и «полезным»   
**Ответы детей.**  
**Воспитатель.** К сожалению вкусно – не всегда значит полезно. Вот есть много сладостей – вредно. Ребята, а вы знаете, что в овощах и фруктах есть очень важные для здоровья человека вещества, которые называются - витамины. Есть овощи и фрукты очень полезно – в них много витаминов, они помогают нам быть здоровыми и расти сильными. Это не только полезно , но и вкусно! Давайте сядем на поезд и поедем собирать урожай.

Воспитатель: Встали за Таней построились и поехали! Посмотрите, какой у нас длинный поезд получился. Ну что, поехали, чух-чух.

Становитесь длинной змейкой,

Пойдем по узенькой дорожке,

По извилистой тропинке

мы идем в осенний огород.

Вагончики, вагончики

По рельсам тарахтят

Везут, везут вагончики

Маленьких ребят.

Воспитатель: вот мы и приехали. А чтобы узнать что здесь растет – надо отгадать загадки об овощах и фруктах. А как угадаете - найти на плакате и показать всем детям. Слушайте внимательно:

Хотя я сахарной зовусь,

Но от дождя я не размокла,

Крупна, кругла, сладка на вкус,

Узнали вы, кто я?…

(Свекла)

Я длинный и зеленый, вкусен я соленый,

Вкусен и сырой. Кто же я такой?

(Огурец)

Он бывает, дети, разный –  
Желтый, травяной и красный.  
То он жгучий, то он сладкий,  
Надо знать его повадки.  
А на кухне – глава специй!  
Угадали? Это…   
(Перец)  
  
я румяную Матрешку  
От подруг не оторву,  
Подожду, когда Матрешка  
Упадет сама в траву.  
(Яблоко)  
  
Кругла да гладка,  
Откусишь-сладка.  
Засела крепко  
На грядке…   
(Репка)  
  
Красна девица  
Сидит в темнице,  
А коса на улице.  
(Морковь)  
  
Что это за рысачок  
Завалился на бочок?  
Сам упитанный, салатный.  
Верно, детки…   
(Кабачок)  
  
В огороде хоть росла,  
Знает ноты «соль» и «фа».   
(Фасоль)

Снесли птички

Синеньки яички,

Развесили по дереву:

Скорлупка мяконька,

Белок сладенький,

А желток костяной.

(Слива)

Прежде чем его мы съели,

Все наплакаться успели.

(Лук)

Сто одежек — Все без застежек.

(Капуста)

В этих желтых пирамидках

Сотни зерен аппетитных.

(Кукуруза)

На сучках висят шары,

Посинели от жары.

(Слива)

**Воспитатель.** А сейчас мы с вами отдохнем и поиграем в игру «Как живешь?»  
(дети отвечают и выполняют имитационные движения на слова «Как живешь?» - Вот так! (показывают большой палец).  
  
Как плывешь?- Вот так! (плавательные движения).  
Как бежишь? - Вот так! (показывают бег).  
В даль глядишь? - Вот так! (показывают).  
Машешь вслед? - Вот так! (показывают).  
Ждешь обед?- Вот так (рука под щеку).  
Утром спишь? - Вот так! (показывают).  
А шалишь? - Вот так! (надувают щеки и хлопают по ним руками).   
  
 А теперь узнаем как вы сможете угадать овощи и фрукты на ощупь. У меня есть «Волшебный мешочек», в нем спрятаны они. Вы должны опускать руку и не подглядывая угадать кто вам попался. (проводится игра)

Воспитатель: Что понравилось сегодня ?  
Что нового узнали? Что было самым интересным? Можно ли есть всегда только сладости? Я думаю, что теперь вы будете кушать полезные продукты, и будете здоровыми и сильными, как говориться в пословице: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу». Вы сегодня все были молодцами, приглашаю вас к столу съесть полезные яблоки!