**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 «Светлячок»**

**Чистоозёрного района Новосибирской области**

**Непосредственно – образовательная деятельность**

**«Познавательное развитие» на тему**

**«Витамины и здоровый организм.**

**Опыт: проращивание семян моркови и свёклы»**

****

**Подготовила и провела:**

**Воспитатель Iкв. категории**

**Баум М.В.**

**р.п. Чистоозёрное**

**2018 г.**

**Цель**: Продолжить знакомить детей со значением витаминов для здоровья человека.

**Задачи:** Расширять знания детей о полезных овощах и фруктах; расширять представления детей об условиях, необходимых для роста и развития растения (почва, влага, тепло и свет), познакомить детей с нетрадиционным способом проращивания семян свёклы и моркови; воспитать у детей понимание ценности здоровья.

**Планируемые результаты:** умеет поддерживать беседу, высказывает свою точку зрения; выражает положительные эмоции (интерес, радость, восхищение) при чтении стихотворения об овощах; активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач, активно участвуют в познавательно- исследовательской деятельности .

**Материал:** ИКТ, презентация на тему «**Польза овощей и фруктов для здоровья человека»** , серия картинок «Рост овощей из семян», семена моркови и свёклы, салфетки, ёмкости с водой, плёнка.

Ход .

**1.Приветствие.**

Здравствуй, красно - солнышко – руки вверх

Здравствуй, ветерок – покачивание рук

Солнечные зайчики, – взмахи рук перед собой

Быстрый ручеек – руки внизу, покачивание рук

Здравствуй, спелая трава – покачивание ладошек

Здравствуй, шумная листва – трут ладошки

Здравствуйте, мышата – хлопок за спиной

Здравствуйте, зайчата – прыжки на месте

Всех приветствуем сейчас – пальцы соединены в замок

Очень рады видеть вас – руки к груди и вперед – в стороны.

**2. Просмотр презентации «Польза овощей и фруктов для здоровья человека»**.

(Показ слайдов с изображением веселых, здоровых людей)

Беседа на тему: « Что нужно делать, чтобы быть крепким, здоровым». Подвести детей к тому, что для хорошего здоровья необходимо заниматься физкультурой и спортом, вести здоровый образ жизни и правильно питаться. Воспитатель: Как вы считаете, что значит правильно питаться? (ответы детей)

Воспитатель: Почему человеку необходимо питаться?

Потому, что в продуктах есть много витаминов и минералов, которые нам помогают быть здоровыми и красивыми.

Послушайте, какие они важные. (Показ слайдов)

Витамин «А» содержится в моркови, петрушке, яйцах, он важен для зрения. Витамин «В» содержится в молоке, мясе, хлебе, без этого витамина не может хорошо работать сердце.

Витамин «С» укрепляет весь организм, помогает нам быть крепкими и здоровыми, и поэтому, нужно кушать свёклу, капусту, лук, апельсины, лимоны, ягоды.

**3. Экологическая игра «Чудесный мешочек».**

**4.** **Физкультминутка.**

От простуды и ангины (дети стоят, показывая на горло)

Помогают витамины (разводят руки в стороны)

Ну, а лучше съесть лимон, (изображают, что кушают лимон)

Хоть и очень кислый он.

Помни истину простую: (грозят пальцем)

Лучше видит только тот, (изображают, что смотрят в бинокль)

Кто ест морковь сырую (изображают, что грызут морковь)

Или сок морковный пьет. (Изображают, что пьют сок.)

Воспитатель. Вот видите, что надо есть, чтоб быть здоровыми и крепкими. А особенно полезны овощи!

**5.Чтение стихотворения.**

Воспитатель читает стихотворение, дети запоминают и потом называют овощи, которые упоминались в стихотворении.

Посадила баба Фекла в огороде лук да свёклу,

А любимый внук Антошка посадил чеснок с картошкой,

И морковку, и капусту, чтобы борщ был очень вкусный.

Не забыл про помидоры: посадил их вдоль забора,

Огурцы, укроп, петрушку – чтоб любили все друг дружку.

Витаминный огород требует больших хлопот.

Баба Фекла в борщ кладет все, что у нее растет.

**6. Обсуждение «Как вырастить овощи?».**

Воспитатель: Откуда появляются огурцы, помидоры, морковь на грядках? *(Из семян.)* Семена надо посадить в землю, поливать, пропалывать сорняки, рыхлить землю. Нужна теплая погода. Через некоторое время появятся всходы, растение будет расти, и на нем созреют овощи.

*Воспитатель показывает серию картинок «Рост растения из семян».*

**7. Исследовательская деятельность. Подготовка семян моркови и свёклы для проращивания.**

Воспитатель: Ребята, я вам хочу показать и рассказать, как создать среду для проращивания семян моркови и свёклы нетрадиционным способом. Для этого нужно в ёмкость с водой в несколько слоёв положить салфетки и насыпать семена на всю поверхность равномерно, чтобы вода слегка покрывала семена. А сверху, ёмкость накрыть плёнкой, таким образом, создать парничковый эффект.

**8. Рефлексия.**

Воспитатель :

- Ребята, что нового и интересного вы узнали сегодня ?

- Кому вы расскажете об этом?