Конспект занятия по здоровому образу жизни в первой младшей группе "Витамины-помощники здоровью"

Цель: формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
Задачи:обобщать и закреплять понятие "овощи" и фрукты." Дать знания о пользе овощей и фруктов. Формировать представления об условиях, необходимых для роста зелёного лука. Прививать любовь к труду. Познакомить детей с понятием "витамины", о значении витаминов для здоровья. Расширять словарный запас детей. Развивать мышление, внимание. Воспитывать сострадание и желание оказать помощь заболевшему персонажу.
Материал к занятию:игрушки: петушок, доктор Айболит, чемоданчик с медикаментами, телефон. Мешочек с муляжами овощей и фруктов, зелёный лук в горшочке, лейки, корзинка с апельсинами.

Ход занятия

Воспитатель обращает внимание детей на игрушку-петушка.
Воспитатель: Дети посмотрите, что случилось у нашего петушка? Он сидит один в сторонке и не поёт песенку. Петушок пытается прокричать "Ку-ка-ре-ку", но у него плохо получается.
Дети высказывают свои предположения.
Воспитатель: а может петушок заболел? Ребята, а что надо делать, если кто-то заболел?
Дети отвечают.
Воспитатель: Правильно, нужно обратиться к доктору. Сейчас я позвоню доброму доктору Айболиту.
Воспитатель набирает номер в телефоне и просит доктора Айболита приехать в детский сад и полечить петушка.
Появляется игрушка-доктор Айболит с чемоданчиком.
Воспитатель обыгрывает действия Айболита. Айболит прослушивает петушка стетоскопом, смотрит ему горлышко
Айболит: Всё понятно! Петушок простудился, у него болит горлышко. Ему срочно нужна микстура и витамины. Петушок выздоровеет и будет снова петь весёлую песенку!
Доктор Айболит достаёт из чемоданчика микстуру, лечит петушка.
Айболит: А так же для быстрого выздоровления необходимы витамины. Айболит дарит петушку коробочку с витаминами.
Воспитатель: Да, витамины полезны для здоровья. Они делают наш организм крепким и здоровым. Витамины бывают не только в таблетках. Они растут на ветках и на грядках. Много витаминов содержится в фруктах, овощах и зелени.
Воспитатель предлагает детям поиграть в игру "Овощи и фрукты-полезные продукты" В мешочке лежат муляжи овощей и фруктов. Дети достают из мешочка овощи и фрукты, называют их.
Воспитатель раскладывает овощи и фрукты на коврике и предлагает рассортировать на два подноса отдельно овощи и отдельно фрукты. Игра "Разложи овощи и фрукты"
Воспитатель и доктор Айболит хвалят детей.
Дети присаживаются на стульчики.
Воспитатель: Доктор Айболит, мы знаем, что много витаминов содержится также и в зелени и поэтому вырастили с ребятами на подоконнике зелёный лук.
Воспитатель показывает горшочек с зелёным луком.
Воспитатель: Наши ребята регулярно поливали лук. Сейчас они покажут, как умеют за ним ухаживать.
Воспитатель даёт детям маленькие леечки. Дети поливают лук.

Воспитатель: Наш лучок подрос, мы будем его кушать на обед и укреплять здоровье. А так же лук поможет нам бороться с вредными микробами.
Айболит хвалит детей.
Доктор Айболит: Ребята, вы такие молодцы! Столько много знаете и умеете! Желаю вам никогда не болеть, быть умными, красивыми и беречь своё здоровье. Не забывайте, что нужно кушать овощи и фрукты, ведь в них очень много полезных витаминов, необходимых для укрепления и роста вашего организма!
Айболит прощается с детьми и дарит им корзинку с апельсинами.