Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 30 комбинированного вида Городского округа город Нефтекамск

Республики Башкортостан

 **Конспект развлечения**

**во второй младшей группе с детьми и родителями**

**( презентация книжек малышек о правильном питании)** **«Мы дружим с витаминами»**

 Подготовила воспитатель

 Подукова Лилия Николаевна

 Нефтекамск, 2016 г.

**Цель:**Способствовать воспитанию элементарных правил здорового образа жизни.

**Задачи:**

**1.**Способствовать**з**акреплению знаний детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей, необходимости применять их в питании взрослых, детей.

**2.**Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням.

**Оборудование:** корзинка, муляжи: морковь, апельсин, груша, яблоко, лимон; маски по сказке «Репка», маски лук и чеснок, книжки-малышки; выращенные в горшочках лук и чеснок, персонажи Витаминка и Микроб; картинки с полезной и вредной едой.

**Ход развлечения:**

Добрый вечер ребята, мамочки и папочки.Как я рада видеть вас весёлыми, счастливыми и довольными. Сегодня мы с вами собрались, чтоб поиграть с нашей знакомой Витаминкой. Она давно уже живёт в нашей группе и рассказывает нам о пользе витамин для нашего организма. Теперь мы знаем, где живут витамины и, почему так важно с ними дружить.

Правда, ребята? (Да). Где живут витамины? (Да)

**Витаминка** собралась приготовить витаминный сок, а из каких овощей и фруктов вы должны отгадать. Слушайте внимательно загадки.

**Загадки:**

Сидит девица
В тёмной темнице,
А коса на улице.
(морковь)

Круглое, румяное,
Оно растёт на ветке.
Любят его взрослые,
И любят его детки.
(яблоко)

Апельсина жёлтый брат.
И никто не виноват,
Что ужасно кислый он,
Этот маленький (лимон)

На высокой ветке зреет,
Словно лампочка желтеет,
И блестит, как после душа.
Этот милый фруктик (груша)

Он оранжевого цвета
И зимой, и тёплым летом.
Очень много витаминов
В этом круглом...(апельсин)

Молодцы ребята! А теперь скажите мне , какой сок получится из …. (апельсина, лимона, груши, яблока, моркови)?

- апельсиновый, лимонный, грушевый, яблочный, морковный.

А кто знает, как можно одним словом назвать эти соки? (фруктовые) А морковный сок можно назвать фруктовым? Нет. А почему? (Ответы детей). Значит это, какой сок? (овощной).

Молодцы ребята! Какие ещё овощи вы знаете? (Ответы детей)

А сейчас наши мальчики загадают вам загадку об овощах, которые мы сами вырастили на нашем огороде.

Тимур Н.

Кто на свете всех полезней,
Кто спасёт от всех болезней,
Кто обидит нас без рук? –
Маленький, коварный... (**лук**)

**Арслан В.**

Есть для защиты вместо рук -
Зубастая головка.
Микробы вредные вокруг
Я истребляю  ловко.
Кто со мною незнаком?
Называюсь… (**Чесноком**)

Чем полезны для нашего организма лук и чеснок? (Они спасают нас от простуд.) Поэтому мы сами решили с детишками их посадить. Ребята сами за ними ухаживают. Посмотрите, какие у них замечательные пёрышки, зелёные, сочные.

Ребята, а вы знаете, что есть ещё и вредная еда, от которой можно заболеть? (Ответы детей)

А мы сейчас узнаем, кто у нас дружит с Витаминкой, а кто с вредным Микробом. Вон он сидит, ухмыляется….

**Игра «Потопаем – похлопаем»**

 Когда я назову и покажу картинку с полезной едой. Вы все должны хлопать. А когда покажу картинку с вредной едой, вы должны топать. Будьте внимательны.

**Презентация книжек-малышек.**

Витаминов много - всех не перечесть,
Но самые главные среди них есть.
Без них не может организм существовать,
Учиться, работать и отдыхать.

О других витаминах нам расскажут книжки-малышки, которые вы сделали своими руками.

**Инсценировка сказки «Репка». Выступление детей.**

Молодцы ребята! Витаминка приготовила вам сюрприз.

Раскраски ягод. Посмотрите внимательно, какая это ягода, как она называется. Какие карандаши вам понадобятся. Это для вас домашнее задание, мамы вам помогут.

(Воспитатель приглашает всех в круг.)

А теперь мы улыбнёмся,

Крепко за руки возьмёмся

И друг другу на прощанье,

Мы подарим добрые пожелания!!!

Я желаю вам всем здоровья, детишкам не лениться умывать и чистить зубки, делать зарядку по утрам.

**Родители и дети желают здоровья, не болеть, не есть вредную еду, делать зарядку и т. д.**