Сценарий проведения познавательной деятельности с детьми раннего возраста совместно с родителями «Витамины»

Задачи:

Обучающие: Закреплять знания детей о полезных продуктах питания и их значение для человека.

Развивающие: Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания.

Воспитательные: воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Предварительная работа: беседа с детьми о полезной пище.

## Ход занятия:

*(дети заходят в зал, встают в шеренгу)*

В: Ребята, посмотрите, как много у нас гостей.

Ребята, вы не просто поздоровались, а подарили частицу здоровья, потому что сказали *«Здравствуйте!»* Здоровья пожелали.Как говорится в народной поговорке: *«Здороваться не будешь—здоровья не получишь.»* И я рада вас видеть в хорошем настроении, бодрыми, здоровыми.

*(Вздохи зайца, он не может мячик удержать в лапах)*

В: Зайка, чего не весел, что нос повесил?

З:Ох-ох-ох! Настроения нет, хочу в мяч поиграть –не получается, еле-еле лапы поднимаются.

В: Ты заболел?

З: Мне так плохо. Сказали, чтобы не болеть нужно кушать вкусную пищу. Я ем самое вкусное, а все равно сил нет, все болит.

В: А что же ты кушаешь, Зайка?

Заяц показывает пакет с продуктами.

В: Это есть нельзя!

Ребята, давайте расскажем Зайке, что нужно кушать, чтобы мышцы были крепкие *(овсяная каша, капуста, горох, картофель, орехи, творог, бананы и др.)*

В: Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

В: А еще, чтобы мышцы были крепкие—нужно делать зарядку.

По утрам зарядку делай- будешь сильным, будешь смелым.

З: А что такое зарядка?

В: Сейчас покажем с ребятами, что такое зарядка.

*(Дети под музыку делают зарядку)*

З: Ой-ой-ой.

В: Что такое?

З: У меня зубки болят.

В: У нас дети знают, чтобы зубы не болели,были крепкие нужно:

1)Чистить зубы утром и вечером.

2) молоко, творог, сыр, йогурт, орехи, рыба, морковь, яблоки, огурцы, зелень, яйца, ягоды, апельсины.

З: Ничего не понял- какие полезные, а какие нет?

В: Сейчас покажем. Давайте поиграем в игру *«Полезные продукты»*

З: Я хочу с вами поиграть.

*(Выбрать полезные продукты и положить в корзинку, а не полезные убрать)*

З: Как хорошо поиграли.

Только у меня глазки стали плохо видеть. Для глаз тоже есть **витамины**?

В: Чтобы глазки хорошо видели и не болели, нужно глазки умывать утром и вечером.

А еще есть продукты –морковь, свекла, черника, абрикосы, апельсины, лимоны, капуста, петрушка, укроп, кефир, сметана. творог, яйца, рыба…

В:Помни истину простую

Лучше видит только тот

Кто жует морковь сырую

Или сок морковный пьет.

З: Я понял, чтобы здоровым быть, нужно есть овощи и фрукты и полезные продукты.

В:

Игра *«Чудесный мешочек»* овощи и фрукты?

Игра-хоровод *«Есть у нас огород»*