Тема: «Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке».

Цель: познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знания об овощах и фруктах, об их значении в питании. Воспиты­вать у детей культуру еды, чувство меры. Развивать логи­ческое мышление, внимание. Ход занятия: Встречаются Хрюша со Степашкой.

Здравствуй, Хрюша!

Здравствуй, Степашка!

Хрюша, а почему ты такой невеселый, вялый?

Ох, ох, ох, я болею.

И что же у тебя болит, Хрюшечка?

Все болит от ушей до самого хвоста.

Надо тебе подлечиться.

Надо, очень надо! Степашка, сбегай в аптеку и купи мне много

всяких таблеток.

- А от чего тебе нужны таблетки?

- От всего: от горла, от пятачка, от уха, от руки, от ноги, от хвости-

а и много-много еще разных.

- Я знаю, Хрюша, чем ты заболел! Когда весь организм болит -
значит, он ослаб, и обязательно для поправки нужны таблетки, только не

те, которые продают в аптеке, а те, которые растут на ветках и на грядках. Эти таблетки намного полезнее!

- Ух, ты, неси скорее мне такие таблетки. Я сейчас лечиться буду.
(Степашки приносит в корзине лимон, апельсин, банан, яблоко, огурец, помидор, арбуз),

Степашка, да какие же это таблетки? - спрашивает Хрюша.

Да, Хрюшенька, даже наши дети знают, что во всех фруктах и овощах находятся очень полезные... Что? (Витамины).

Свежие фрукты и овощи можно употреблять, сколько хочешь, они заменят самые лучшие таблетки из аптеки.

—Ребята, а для чего нужны витамины? (Чтобы укреплялся наш орга­низм, было крепкое здоровье).

Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться со всякими болезнями. А когда организм здоровый и креп­кий, не будет болеть ухо, пятачок, нога, рука и хвостик.

Вот здорово, Степашка, давай я сейчас съем все витамины и выздоровею (Хрюша съедает корзину овощей и фруктов, ему становится плохо).

- Вот видишь, Степашка, ты говорил выздоровеешь, выздоровеешь, а мне опять плохо!

- Ты, Хрюшенька, всегда спешишь, не думаешь, что делаешь. Скажи мне, ты руки перед едой мыл? (Нет). Скажи мне, а ты фрукты помыл, прежде чем их съесть? (Нет).

- Мало того, что ты микробов грязных наелся, ты еще съел целую корзину овощей и фруктов.

А ведь мы договорились, ешь сколько хочешь, но не ешь, сколько видишь!

А ты сколько увидел, столько и съел.

И витамины пошли не на пользу. Теперь точно в аптеку бежать,

лекарство покупать.

(Степашка идет в аптеку, лечить Хрюшу, Хрюша выздоравливает).

Хрюша обращается к ребятам:

- Ребята, чтобы вы не болели, надо есть свежие (что?) (овощи и фрукты).

- А сколько можно есть овощей и фруктов? (Не ешь много, чтобы

не болел живот. Ешь сколько хочешь, а не сколько видишь).

- Ребята, я теперь себе огород посажу и сад выращу. Но боюсь, как
бы у меня не получилось как у одного садовника. У него в огороде ничего
не разберешь. Может, вы поможете разобраться?

Пришли в огород. Показал садовод. Где на грядках, Заселенных густо, Огурбузы росли, Помидыни росли,

Редис. свекла, чеснок, лук и репуста.

И моркофель дозрел,

А таких баклачков,

Да мохнатых стручков

Испугался бы каждый садовник. (Дети помогают Хрюше разобраться, что же росло у садовника в

огороде).

- Ребята, а какие овоши и фрукты вы любите? (Дети перечисляют все, что запомнили). Хрюша угощает детей кусочками морковки.