

Дидактическая игра.

Овощи и фрукты –полезные продукты.

Витамины нам нужны - для здоровья всем важны.

Нужно с витаминами дружить

Надо овощи любить

Все без исключения

В этом нет сомнения.

Тот, кто много ест морковки

Станет сильным, крепким, ловким

А кто любит, дети, лук –

Вырастает быстро вдруг

Кто капусту очень любит

Тот всегда здоровым будет.

Цель игры:

Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах (Закрепить у детей знания о том, что в продуктах содержатся важные для здоровья вещества-витамины.)

Для формирования здорового образа жизни учить ребенка заботиться о своем организме, не вредить ему. Воспитывать желание у детей есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням.

Задачи:

- 1 Закреплять знание о пользе овощей и фруктов для здоровья.
- 2 Закреплять умение классифицировать фрукты-овощи.
- 3 Вызывать у детей желание заботиться о своем здоровье.
- 4 Развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь;
- 5 Формировать интерес к работе с цветом.
- 6 Развивать точность цветовосприятия,
- 7 Коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности с помощью цветотерапии.
- 8 Воспитывать бережное отношение к окружающему миру.

Варианты игры.

- Помогите Красной шапочке собрать витаминные продукты для бабушки.
 - Овощ, фрукт в свою корзинку, где живёт его витаминка.
- (Предложить ребенку разложить овощи, фрукты в соответствии с витаминами, которые в них содержатся.)
- Придумать салаты из овощей, фруктов.
 - Отгадай загадку-найди отгадку.
 - Классификация "Овощи -фрукты"
 - Найди такой же по цвету, форме, размеру
 - Что лишнее?

1 Вариант

«Помоги Красной шапочке собрать витаминные продукты для бабушки»

Красная Шапочка:

- Здравствуйте, ребята! Меня зовут Красная Шапочка. У меня есть любимая бабушка, она старенькая и часто болеет. Вот и сейчас она простудилась. Не рассказывает мне сказки, не вяжет чулочки, не печёт пироги, а всё время чихает, охает и ахает. Когда бабушка болеет, мы с мамой приносим ей гостинцы. Что бы ей собрать в гостинец на этот раз, чтобы она поскорее выздоравливала? Как ей помочь?

Педагог:

- Думаю, Красная Шапочка, что мы с ребятами сможем тебе помочь собрать полезный и вкусный гостинец для бабушки. Правда, ребята?

Красная Шапочка:

- Буду очень благодарна.

Педагог:

- Действительно иногда бывает так, что люди болеют, но надо стараться быть здоровыми. Если вы хотите быть здоровыми, веселыми, крепкими, работоспособными, если хотите бороться с разными микробами, не поддаваться никаким болезням – каждый день надо: заниматься зарядкой, гулять на улице, кушать больше полезных продуктов.
 - Ребята, какие полезные продукты вы знаете? (ответы детей).
 - Почему мы называем их полезными? (ответы детей).
 - Да действительно ягоды, овощи и фрукты – основные источники витаминов и минеральных веществ. Большинство витаминов не образуются в организме человека и не накапливаются, а поступают только вместе с пищей. В природе витамины образуют в растениях, поэтому плоды, овощи, фрукты служат людям основным источником поступления витаминов в организм. Каждая травинка, каждый листик ловят солнечные лучи – источник жизни. Солнечный луч упадет на зеленый фрукт, ягоду, овощ и погаснет, но не пропадет, с его помощью в каждой ягодке, в каждом фрукте, в каждом овоще возникнут необходимые витамины.
 - Давайте каждый из вас положит в корзинку Красной Шапочки тот гостинец для бабушки, который он считает самым полезным и назовет нам витамин, который в нём содержится. (ответы детей, например; «Я кладу морковь – это овощ, в ней содержится витамин А, он полезен для зрения, кожи, зубов и костей).
 - Молодцы ребята, как много витаминных гостинцев вы приготовили для бабушки.
- Красная Шапочка:
- Какие вы умные ребята, теперь и я знаю про полезные витаминные продукты, и всегда буду приносить их бабушке, чтобы она не болела.

2 Вариант

«Овощ, фрукт в свою корзинку, где живёт его витаминка»

(Предложить ребенку разложить овощи, фрукты в соответствии с витаминами, которые в них содержатся.)

Педагог:

-Солнышко помогает нашим фруктам, ягодам, овощам поспеть. Давайте и мы с вами представим что мы все одно большое солнышко. (Дети берутся за руки, образуют большой круг, выполняют команды педагога. Вытянули ручки-лучики вверх, дотянулись, обняли друг друга и т.д.

-Молодцы, ребята. А теперь, закроем глаза, вместе скажем: «Красное солнышко ярко светит, нам подарки принеси». (педагог выносит разнос с овощами, фруктами и ягодами).

-Вот посмотрите на это блюдо – здесь собрались разные овощи, ягоды и фрукты. А вот корзинки, в которых живут витаминные продукты (педагог рассказывает и раскладывает продукты по корзинкам в зависимости от содержания витаминов)

Первая корзина-Витамин А: полезен для кожи, зрения, зубов, костей, встречаюсь в...

Вторая корзина-Витамин В: укрепляет организм, необходим для работы нервной системы, Третья корзина-Витамин С: закаливает организм, оказывает благоприятное действие на зубы и кости, встречается в...

-Вот и разбежались все продукты по своим корзиночкам.

3 Вариант

«Отгадай загадку-найди отгадку»

Педагог:

-В природе витамины образуют в растениях, поэтому плоды, овощи, фрукты служат людям основным источником поступления витаминов в организм. Каждая травинка, каждый листик ловят солнечные лучи – источник жизни. Солнечный луч упадет на зеленый фрукт, ягоду, овощ и погаснет, но не пропадет, с его помощью в каждой ягодке, в каждом фрукте, в каждом овоще возникнут необходимые витамины.

-Давайте поиграем в игру «Подарки Красного солнышка». (дети отгадывают загадки и выкладывают на солнечные лучики отгадки-подарки.)

4 Вариант

«Дошколята-поварята»

Придумать салаты из овощей, фруктов.

Красная Шапочка: Здравствуйте, ребята! Меня зовут Красная Шапочка.

У меня есть любимая бабушка, она старенькая и часто болеет. Вот и сейчас она простудилась. Не рассказывает мне сказки, не вяжет чулочки, не печёт пироги, а всё время чихает, охает и ахает. Когда

бабушка болеет, мы с мамой приносим ей гостинцы. Что бы ей собрать в гостинец на этот раз, чтобы она поскорее выздоравливала? Как ей помочь?

- Думаю, Красная Шапочка, что мы с ребятами сможем тебе помочь собрать полезный и вкусный гостинец для бабушки. Правда, ребята?

А ещё Красная Шапочка, наши ребята расскажут тебе, что ты можешь приготовить из этих продуктов для бабушки. Правда, ребята?

-Скажите ребята, что можно приготовить из овощей? (ответы детей).

-Что можно приготовить из фруктов? (ответы детей).

-Что можно приготовить из ягод? (ответы детей).

-Молодцы ребята! Сколько полезных и вкусных блюд назвали.

5 Вариант

Классификация "Овощи -фрукты"

6 Вариант

Найди такой же по цвету, форме, размеру

7 Вариант

Что лишнее?

Загадки.

Овощи и фрукты-полезные продукты.

В летнем солнечном саду
Зреют фрукты на виду.
Только нужно не лениться,
Отгадать их потрудиться.
Далеко на юге где – то
Он растёт зимой и летом.
Удивит собою нас
Толстокожий ... (ананас).
Желтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Но на вкус – кислейший он,
А зовут его ... (лимон).
С виду он как рыжий мяч,
Только вот не мчится вскачь.
В нем полезный витамин –
Это спелый ... (апельсин).
Близнецы на тонкой ветке,
Все лозы родные детки.
Гостю каждый в доме рад.
Это сладкий ... (виноград).
Все о ней боксеры знают,
С ней удар свой развивают.
Хоть она и неуклюжа,
Но на фрукт похожа ... (груша).
Чтоб здоровым, сильным быть

Нужно с витаминами дружить
Надо овощи любить
Все без исключения
В этом нет сомнения.

Тот, кто много ест морковки
Станет сильным, крепким, ловким

А кто любит, дети, лук –
Вырастает быстро вдруг
Кто капусту очень любит
Тот всегда здоровым будет,
Вот стручок – огромный дом,
Поселились братцы в нем.
Каждый братец – скоморох,
А стручок этот - ... (горох).

Под землей живет семья:
Папа, мама, деток тьма.
Лишь копни ее немножко –
Вмиг появится ... (картошка).

Спит на грядке под листом,
Да еще храпит притом.
Видит пятый сладкий сон
Лежебока - ... (патиссон).

Наш лиловый господин
Среди овощей один.
Он французский граф де Жан,
А по-русски - ... (баклажан).
Кто разлегся среди грядки,
Кто играть не любит в прятки?

Вот Емеля – простачок,
Белобокий ... (кабачок).
Что за скрип, что за хруст?
Это что еще за куст?

Как же быть без хруста,
Если я(капуста)
Я - Королева среди овощей,
Без меня не сварить вкусных щей,
А какие вкусны Пироги капустные! (Капуста)

Я - приправа в каждом блюде
И всегда полезен людям Угадали?

Я - наш друг
Я - простой зелёный лук.
Он круглый и красный,
Как глаз светофора.
Среди овощей нет сочней ... (помидора)
Про меня рассказ не длинный

Кто не знает витамины?
Пей всегда морковный сок
Будешь строен и высок (Морковь)