**Кревшич Оксана Викторовна,**

воспитатель первой категории,

ГККП «Ясли-сад № 22»

отдела образования акимата

города Тараз

**Витамины и здоровье**

Технологическая карта организованной учебной деятельности

по формированию потребности к здоровому образу

жизни детей второй младшей группы

**Образовательные области:** Познание, Коммуникация, Социум, Здоровье.

**Разделы:** Естествознание, Развитие речи, Ознакомление с окружающим, Физкультура.

**Форма:** Поездка на дачу.

**Программное содержание:** Формировать у детей привычку к здоровому образу жизни. Расширять представление о значении витаминов для здоровья ребенка; расширять представления о том, что полезно и вредно для здоровья. Закрепить знания о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания. Развивать умение детей различать витаминосодержащие продукты. Воспитывать у детей желание заботится о своем здоровье.

**Словарь:** Витамины, дача, дачники, урожай.

**Билингвальный компонент:** Сәлеметсіздерме - Здравствуйте, До свидания – сау болыңыз, Овощи - Көкөніс, Фрукты – Жеміс, лук – пияз, Морковь – Сәбіз, Картофель - Картоп, Огурцы – қияр, Помидоры – қызанақ. Яблоко - алма, груша – алмұрт.

**Инновационные технологии**: здоровьесберегающие – психогимнастика, физминутки, самомассаж, логоритмическая игра; ИКТ – Презентация «Овощи и фрукты – полезные продукты», опытная деятельность.

**Предметно-развивающая среда:** Презентация «Овощи и фрукты – полезные продукты» и мультимедийная система, для проведения опыта – стакан с водой, палочка, конфеты; для проведения игры «Витаминный зонтик» - зонт, картинки с изображением полезных и неполезных продуктов, закрепленных на прищепках.

**Техника безопасности**: соблюдать дистанцию при просмотре презентации, соблюдать правильную осанку, при выполнении самомассажа следить за действиями воспитателя, при проведении эксперимента строго соблюдать технику безопасности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Действия воспитателя** | **Действия детей** |
| Мотивационно-  побудительный  Организационно-  Поисковый | **Звучит веселая музыка.**  **Психогимнастика «Доброе утро»**  Ребята, вы знаете, что есть хорошая примета всем с утра желать доброго утра. Давайте и мы пожелаем Доброго утра…  Солнцу красному…  Воспитатель: Небу ясному…  Воспитатель: Людям взрослым…  **Круг приветствия:**  Здравствуй, правая рука  Здравствуй, левая рука  Здравствуй, друг  Здравствуй, друг  Здравствуй, здравствуй, дружный круг.  Обращает внимание на гостей:  - Посмотрите, ребята, сколько к нам пришло гостей, давайте их поприветствуем на казахском языке.  **Сюрпризно – игровой момент:**  Входит Хрюша, он грустный.  Хрюша: Здравствуйте, дети *(печальным голосом)*  В-ль: Хрюша, а почему ты такой невеселый, вялый?  Хрюша: Ох, ох, ох, я болею.  В-ль: И что же у тебя болит Хрюшечка?  Хрюша: Все болит от ушей до самого хвостика  В-ль: Ребята, что же делать Хрюше, если он заболел?  Хрюша: Надо мне подлечиться, очень надо! Ребята, сбегайте в аптеку и купите мне много- много всяких **таблеток.**  В-ль: А от чего тебе нужны **таблетки?**  Хрюша: От всего: от горла, от пяточка, от уха, от руки, от ноги, от хвостика и много-много еще разных.  В-ль: Мы знаем, Хрюша, чем ты заболел! Когда весь организм болеет – значит, он ослаб, и обязательно для поправки нужны **витмины,** только не те которые продают в аптеке, а которые **растут на ветках и на грядках**. Ребята, а что за **витамины растут на ветках?**  В-ль: А какие**витамины растут на грядке?**  В-ль: Хрюша, наши дети знают, что во всех фруктах и овощах находятся очень полезные…Что?  Хрюша: Ребята, а для чего нужны витамины?  В-ль: 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.  Хрюша: Вот здорово, давайте мне витамины, я буду лечиться.  В-ль: К сожалению, Хрюшечка, у нас их сейчас нет, но мы с ребятами поедем на дачу и привезем их. Ребята, вы хотите поехать? Тогда садитесь в машину.  **Физминутка «Едем, едем на машине»**  **Просмотр презентации «Овощи и фрукты – полезные продукты».**  Слайд 1: «Дача»  - Вот мы с вами и приехали на дачу!  - Дача – это домик за городом с огородом и садом.  **Загадывает загадки:**  Листья собраны в кочан  В огороде у сельчан.  Без нее в борще не густо.  Как зовут ее? (Капуста)  Слайд 2: «Капуста»  Под землей живут семейки,  Поливаем их из лейки.  И Полину, и Антошку  Позовем копать... (картошку)  Слайд 3 «Картошка»   Эти крепкие ребятки  В листьях прячутся на грядке.  Лежебоки-близнецы  Зеленеют... (огурцы) | Дети под веселую музыку входят в групповую комнату.  Встают в круг, выполняют психогимнастику.  Дети: Доброе утро!  Дети: Доброе утро!  Дети: Доброе утро!  Приветствуют друг друга.  — протягиваем вперёд, — протягиваем вперёд, - берёмся одной рукой с соседом, — берёмся другой рукой, - качаем руками  **Билингвальный компонент:** Сәлеметсіздерме – Здравствуйте.  Удивляются, радуются появлению Хрюши.  Дети: Здравствуй, Хрюша!  Дети: Лечиться; идти в больницу; пить **таблетки.**  Дети: Груши, яблоки, сливы и др. *(если дети затрудняются воспитатель подсказывает)*  Дети: Морковка, капуста, помидоры, огурцы и т. д.  Дети: Витамины.  Дети: Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье.  Соглашаются поехать на дачу.  Встают друг за другом, выполняют знакомую физминутку.  Смотрят презентацию, слушают внимательно загадки и отгадывают их на двух языках.  -Капуста  - Картофель - Картоп,  - Огурцы – қияр. |
|  | Слайд 4: «Огурцы»  Он на грядке летом жил,  С жарким солнышком дружил.  С ним веселье и задор  Его зовут все…(помидор)  Слайд 5:«Помидор»  - Как назвать все это одним словом?  Слайд 6: «Овощи»  Слайд 7: «Сад»  - А теперь куда мы попали?  - Что же мы соберем в саду?  Круглое, румяное,  Я расту на ветке. Любят меня взрослые И малые детки. (Яблоко) Слайд 8: «Яблоко»  Ты на лампочку похожа  И на Ваньку-встаньку тоже.  У тебя румяный бок,  А откусишь — брызнет сок.  (Груша)  Слайд 9: «Груша»  Слайд 10: «Фрукты»  - Как назвать одним словом – яблоко, грушу?  - Где они растут?  Слайд 11: «Сад»  - Чем же полезны овощи и фрукты?  - Для чего нужны витамины?  - Только в овощах и фруктах есть витамины?  Слайд 12: «полезные продукты» - молоко, мясо, рыба, творог.  Слайд 13: – хлеб, масло, сыр, крупы, бобовые. Орехи.  Слайд 14: - Дачники с корзиной.  - Посмотрите ребята, дачники – люди, которые на даче ухаживают за садом и огородом, приготовили нам корзину с овощами и фруктами. Давайте возьмем ее с собой для Хрюши. Пора возвращаться в детский сад.  **Физминутка «Едим, едим на машине»**  **Беседа:**  В-ль: Вот мы и вернулись в детский сад. Хрюша, мы привезли тебе витамины.  Хрюша: Вот здорово, давайте быстрее, я сейчас их все съем.  В-ль: Подожди, подожди Хрюша, не спеши. Ребята, что забыл сделать Хрюша перед едой?  В-ль: Ребята, а как вы думаете, можно ли кушать овощи и фрукты не мытые? Почему?  В-ль: Ребята, расскажите Хрюше стихотворение.  В-ль: А теперь покажем Хрюше, как мы умываемся.  **Логоритмическая игра: «Чистюли»**  Руки мыли – мыли,  Ушки мыли – мыли,  Глазки мыли – мыли,  Носик - мыли – мыли,  И теперь мы чистые,  Как зайчики пушистые.  - Ребята, как вы думаете, что бы быть здоровым достаточно только кушать витамины?  - А что же еще нужно делать?  - Давайте и мы с вами разомнемся.  **Физминутка**  Будешь кушать витамины.  Будешь очень, очень сильным  Будешь бегать далеко  Будешь прыгать высоко.  Будут ножки танцевать  И усталости не знать!  - Ребята, давайте научим Хрюшу выполнять точечный самомассаж. **«**Неболейка»  **Массаж биологически активных зон «Неболейка»**  Чтобы горло не болело,  Мы его погладим смело.  Чтоб не кашлять, не чихать,  Надо носик растирать.  Лоб мы тоже разотрем,  Ладошку держим козырьком  «Вилку» пальчиками сделай,  Массируй ушки ты умело.   Знаем, знаем — да-да-да!  Нам простуда не страшна!  **Игровой момент:**  Хрюша: Ой – ой - ой, как больно! Ой, как животик болит!  Воспитатель: Что с тобой случилось Хрюша?  Хрюша: Меня вчера угостили конфетками, очень вкусными. Пока вы ездили на дачу, я съел их, и у меня заболел животик.  Воспитатель: Вот Хрюша, не все вкусное – полезно! Ты наелся вредных конфет, вот и заболел у тебя животик.  Хрюша: Не может быть? Я не верю!  Воспитатель: Ребята, хотите мы с вами проведем эксперимент, который докажет Хрюшке, что есть некоторые конфеты, которые очень вредны для**здоровья**?  **Эксперимент:** конфеты m&m’s, заливаются водой и размешиваются палочкой; вода окрашивается.  Воспитатель вместе с Хрюшей бросают несколько конфет в бокалы с водой каждому ребенку.  Во время проведения эксперимента следит за техникой безопасности, при необходимости оказывает индивидуальную помощь.  - Ребята, почему водичка поменяла свой цвет?  - А краску можно кушать?  *-* Значит эти конфеты какие, полезные или вредные для **здоровья?**  - Запомните! Это вредные продукты! Хрюша ты запомнил?  Хрюша: Да я понял. Так, а что же тогда можно кушать?  - Хрюша, есть продукты полезные. А есть вредные, которые кушать нежелательно.  **Игра «Полезно-вредно».**  - Давайте проверим, как вы умеете их различать, поиграем в**игру «Полезно-вредно».** Я буду называть разные действия, а вы будете хлопать в ладоши, если это полезно, а если вредно, то руки нужно спрятать за спину.  - Есть фрукты?  - пить кока-колу  - Играть и танцевать?  -целый день смотреть мультфильмы?  - делать зарядку?  - кушать кашу?  - Возиться в грязи?  - кушать чипсы?  - кушать овощной салат?  - Вовремя ложиться спать?  - есть конфеты и сладости?  - улыбаться?  - грустить?  - Молодцы, ребята, вы хорошо запомнили, что полезно для здоровья, а что вредно.  Хрюша: - Спасибо, ребята за помощь! Но мне пора домой.  Вос – ль: - Хрюша, подожди. Мы с ребятами хотим для тебя сделать на память *«*Витаминный зонтик».  **Д/У «Витаминный зонтик»**  В-ль: Посмотрите, сколько здесь много картинок, но мы будем украшать зонтик только картинками – витаминками. | - Помидоры – қызанақ.  - Овощи – Көкөніс.  - В сад.  - Фрукты – Жеміс.  - Яблоко – Алма.  - Груша – алмұрт.  - Фрукты – Жеміс.  - В саду.  - Чтобы быть здоровым, хорошо расти.  Высказывают свое мнение.  Слушают воспитателя, рассматривают слайды.  Встают друг за другом, выполняют физминутку.  Дети: Помыть овощи, вымыть руки. Они грязные, на них много микробов, мы можем заболеть.  Дети: От простой воды и мыла  У микробов тает сила  Имитируют умывание.  - Нет. Нужно заниматься спортом, делать зарядку, закаляться, побольше гулять на свежем воздухе.  - показывают силу.  – бег на месте,  – прыжки на двух ногах  – выставляют ногу на носок.  Соглашаются.  Поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху вниз.  Указательными пальцами  растирают крылья носа.  Прикладывают ко лбу ладони «козырьком»,растирают его движениями в стороны— вместе.  Раздвигают указательный и средние пальцы и растирают точки перед и за ушами.  Потирают ладони друг о друга.  Сжимать и разжимать кисти рук.  Слушают диалог Хрюши с воспитателем.  Соглашаются на эксперимент.  Дети проходят за столы, у каждого бокал с водой.  Берут палочки и размешивают воду с конфетами.  Удивляются.  Отвечают на вопросы.  Слушают правила игры.  Играют в игру, соблюдая правила.  Дети хлопают в ладоши– полезно.  Дети прячут руки за спину – вредно.  Дети выбирают картинки с изображением полезных продуктов и прикрепляют их к зонтику. |
| Рефлексивно-  коррегирующий | **Итоговая беседа:**  Приглашает детей в круг. Задает вопросы.  - Где мы сегодня побывали?  - Зачем мы ездили на дачу?  - Чем помогли Хрюше?  - Мы с вами вспомнили, что нас делает здоровыми и крепкими.  А теперь мы улыбнемся,  Крепко за руки возьмемся  И друг другу на прощанье  Мы подарим доброе пожелание.  Хрюша благодарит детей за помощь и за подарки (забирает корзину с овощами и фруктами, «витаминный зонтик»). Дарит детям корзину с яблоками. | Встают в круг. Отвечают на вопросы.  - На даче. Ездили за витаминами.  - Рассказали Хрюше, какие продукты полезные, а какие вредные.  - Если хочешь быть здоров,  Правильно питайся.  Овощи и фрукты ешь,  Спортом занимайся.  Благодарят Хрюшу. Прощаются с ним и с гостями на двух языках |

**Ожидаемый результат:**

**Знать:** о наличии витаминов в овощах, фруктах и продуктах питания.

**Иметь:** представления о том, что полезно и вредно для здоровья.

**Уметь:** различать витаминосодержащие продукты