​​​​​​​

**«Овощи и фрукты-кладовая здоровья»**

[**Консультация для родителей "О пользе овощей и фруктов".pdf**](http://www.eduportal44.ru/Kostroma_EDU/ds_14/SiteAssets/SitePages/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%B0%20%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D0%B8%20%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9%20%D0%9E%20%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B5%20%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%89%D0%B5%D0%B9%20%D0%B8%20%D1%84%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%82%D0%BE%D0%B2.pdf)**;**[**Консультация для родителей "Овощи и фрукты: особая польза".pdf**](http://www.eduportal44.ru/Kostroma_EDU/ds_14/SiteAssets/SitePages/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%B0%20%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D0%B8%20%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9%20%D0%9E%D0%B2%D0%BE%D1%89%D0%B8%20%D0%B8%20%D1%84%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%82%D1%8B%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B0%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D0%B0.pdf)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ​**Беседа:**закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов; о том, что в них содержатся витамины, которые так необходимы человеку. | ​**Наблюдаем за солнцем:**Наблюдение - Отметить, что солнце летом греет сильнее, поэтому дети гуляют раздетыми. Спросить, легко ли посмотреть на солнце. Почему? С детьми старших групп отметить, что солнце стоит днем высоко — на улице жарко; утром и вечером солнце низко, поэтому становится прохладнее. День длится долго, ночи короткие, светлые. | ​**Оздоровительная гимнастика****Пальчиковая гимнастика**«Шарик». Цель: развивать у детей мелкую моторику и речь.Надуваем быстро шарик.Он становится большой.Вдруг шар лопнул, воздух вышел –Стал он тонкий и худой.​​ |
| ​**Чтение художественной литературы**  **«Купите лук»** Ирина Токмакова​Цель: учить детей внимательно слушать рассказ и отвечать на вопросы воспитателя.  | ​**Худ. Творчество. Лепка овощей и фруктов.**Цель: закреплять умение скатывать шарик, колбаску между ладонями.              | ​**Упражнение на развитие мелкой моторики рук:** "Составь цветок" — составить цветок на полу из разноцветных пробочек.**Труд:** Поливать растения. |
| ​**Беседа:**формировать представление детей о том, какие витамины и в каких овощах и фруктах они содержатся: витамин А (помидор, морковь, лук, абрикос…)-улучшает зрение; витамин Ц (капуста, чёрная смородина, лимон…)-прогоняет усталость, улучшает аппетит.**Отгадывание загадок** «Фрукты»Цель: развивать мышление, внимание, речь.​ | ​**Наблюдаем за трудом взрослых**Наблюдение: Обратить внимание на то, что за растениями в огороде и на цветочной клумбе надо ухаживать: рыхлить землю, поливать. Проследить, как изменяются в росте и развиваются растения, спросить: "Зачем нужно полоть и прореживать растения? Какие растения где растут?"**Д/ и** "Кому что нужно для работы" — дети определяют, какие предметы помогают людям разных профессий. Цель — закрепить знания детей о том, что людям помогают в работе орудия труда, воспитывать интерес к труду взрослых, желание самим трудится​ | ​**Пальчиковая игра** **«Компот».**Будем мы варить компот, (*Левая рука – «ковшик», правая имитирует помешивание).*Фруктов нужно много вот:Будем яблоки крошить, (*Загибают пальчики начиная с большого).*Грушу будем мы рубить,Отожмём лимонный сок,Слив положим на песок.Варим, варим мы компот. (*Опять «варят» и «помешивают»).*Угостим честной народ. (*Развести руки в стороны).***Цель:** развитие мелкой моторики, развитие речевой активности. |
| ​**Чтение художественной литературы:** Чтение русской народной сказки «Лиса и заяц», обр. В. Даля                                                                          Цель: познакомить с русской народной сказкой, помочь понять смысл про­изведения (мал удалец, да храбрец).[​](https://domovenok-as.ru/volshebnyi-korob/skazki-dlja-detei-chitat/skazka-lisa-i-zajac.html) | Познавательное развитие «Витамины я люблю-быть здоровым я хочу». **Беседа**«Что готовят из фруктов и овощей»Цель: развитие мышления, речи.​Чтение рассказа «Овощи»  ​Цель: познакомить с рассказом​, вызвать желание послушать еще раз.​ | ​**Беседа:**Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов; о том, что в них содержатся витамины, которые так необходимы человеку.-Формировать представление детей о том, какие витамины и в каких овощах и фруктах они содержатся: витамин А (помидор, морковь, лук, абрикос…)-улучшает зрение; витамин Ц (капуста, чёрная смородина, лимон…)-прогоняет усталость, улучшает аппетит. **Загадывание загадок** про овощи и фрукты.Цель: развитие мышления. |
| ​**Чтение художественной литературы** Чтение рассказов «Про девочку, которая плохо кушала» Михалков.Цель: воспитывать умение слушать сказку, следить за развити­ем действий в ней. Объяснять детям поступки пер­сонажей и последствия этих по­ступков.[​](https://mishka-knizhka.ru/stihi-dlya-detej/detskie-klassiki/stihi-mihalkova/pro-devochku-kotoraja-ploho-kushala/) | ​**С/р игра «Больница»****Цель:**учить детей уходу за больными и пользованию медицинскими инструментами, воспитывать в детях внимательность, чуткость, расширять словарный запас: ввести понятия «больница», «больной», «лечение», «лекарства», «температура», «стационар». | ​**Ситуативный разговор:** "Пейте дети молоко, будите здоровы"Цель: формирование представлений о здоровой пище (молочных продуктах). |