**Конспект занятия по изобразительному искусству в подготовительной группе на тему: «Здоровый образ жизни»**

Подготовила: воспитатель Лысенко А.Ю.

Цель: Расширить знания детей о витаминах и витаминосодержащих продуктах, закрепить знания об овощах, фруктах и ягодах.

Задачи:

- уточнить представления о многообразии фруктов и овощей, об их необходимости для здоровья человека. Расширять знания детей о витаминах;

-помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания - еда должна быть не только вкусной , но и полезной;

- развивать чувство красоты, творческое воображение, фантазию, наблюдательность, внимание, эстетический вкус, чувство цвета;

- воспитывать желание заботиться о своем здоровье, аккуратность в работе.

Материал: листы бумаги для рисования, простые и цветные карандаши.

**Ход занятия:**

*Дети садятся на ковёр перед педагогом. Воспитатель обращает внимание детей на предмет, висящий над головами.*

Воспитатель:Посмотрите, что за птица к нам прилетела**?**

Дети:Это голубь.

Воспитатель:Правильно. У него в клюве письмо. Интересно, от кого оно?

Дети:Это от доктора Айболита.

Воспитатель:Совершенно верно. Вы послушайте, а я вам его прочитаю.

*«*Здравствуйте, ребята! В Африке беда! Заболели крокодилы, обезьяны, попугаи и газели. Витамины им нужны! Помогите их найти. Нужно фруктов мне прислать, Чтобы вылечить зверей от простуды поскорей!»

Воспитатель:Поможем Айболиту?

Дети:Конечно, поможем.

Воспитатель:Ребята, сегодня мы узнаем о самых полезных продуктах. А вы знаете, что относится к самым полезным продуктам?

Дети: овощи, фрукты, ягоды.
Воспитатель: Ребята, а почему так полезны овощи, фрукты и ягоды?

Дети: в них много витаминовВоспитатель:А чтоб узнать где есть витамины, надо отгадать загадки.

Рослые ребятки улеглись на грядке,
Все ребятки молодцы и зовутся … (огурцы)
Фиолетовый кафтан заказал себе Иван,
Лучше не было кафтана, чем кафтан у … (баклажана)
Шло по грядке вдоль забора
Войско храброе дозором.
Держит пики сотни рук,
Подрастает горький … (лук)
Красная девица родилась в темнице,
Выкинула косу за окошко ловко.
Наступает осень, выдернут … (морковку)
Воспитатель:Как назвать одним словом все эти картинки?

Дети: овощи.

Воспитатель: Так на апельсин похожий,
Отличается он всё же.
И горчинкой, и размером,
Да и кисленький он в меру.
Этот фрукт – такой огромный.
Всей семьёй съедим мы дома. (грейпфрут)

К нам пришёл он из Китая,
И с тех пор не забывают
В [новогодние подарки](https://melnicadom.ru/walls-partitions/menee-vrednye-sladosti-samye-opasnye-i-bezopasnye-sladosti-v.html)
Положить и шарик яркий.
В нём оранжевые дольки,
Посмотри-ка их тут сколько! (мандарин)

Он с оранжевою кожей,
Что на солнышко похожа.
А под кожей – дольки,
Посчитали, сколько?
Дольку каждому дадим,
Все по долечке съедим. (апельсин)
Красное, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И, конечно, детки. (яблоко)
Хоть и очень кислый он
В чай положим мы … (лимон)
Воспитатель: Как одним словом назвать все эти картинки?

Дети: фрукты
Воспитатель: Все овощи и фрукты содержат очень много [полезных веществ](https://melnicadom.ru/roof/poleznymi-veshchestvami-vitaminami-zhirami-belkami-pitatelnye-veshchestva-belki.html). Когда мы их едим, то наш организм получает большой запас витаминов, чтобы мы были здоровы и не болели.
Воспитатель: осенью поспевает большой урожай овощей и фруктов. Все сохранить в свежем виде не удается. От долгого хранения они могут испортиться. Что же делают взрослые, чтобы сохранить [собранный урожай](https://melnicadom.ru/corrosion/kopat-kartoshku-na-dache-poidem-kopat-kartoshku-kak-legko-i.html) на целую зиму?

Дети: консервируют овощи, фрукты, варят варенье, делают компоты …
Воспитатель: А еще фрукты можно сушить. Высушенные фрукты называются сухофруктами. Даже в сушеном виде они сохраняют много витаминов. Вы, наверное, видели и пробовали изюм – это высушенный виноград, курагу – сухие абрикосы. Из сухофруктов готовится очень вкусный и полезный компот, который вы получаете на обед.
Воспитатель: Ребята, а как вы думаете, в какое время года мы больше всего получаем витаминов?

Дети: летом, осенью.
**Физкультминутка "Обжора"**

Один пузатый здоровяк (Округлое движение обеими руками вокруг живота)

Съел десяток булок натощак (Выставить перед собой все пальцы)

Запил он булки молоком, (Изобразить пальцами воображаемый стакан, а затем выпить из него)

Съел курицу одним куском. (Широко раздвинуть пальцы одной руки, ладонью вверх, поднести воображаемый кусок ко рту)

Затем барашка он поджарил (Показать указательными пальцами рожки)

И в брюхо бедного направил (Погладить живот)

Раздулся здоровяк как шар, (Изобразить в воздухе большой круг)

Обжору тут хватил удар. (Ударить слегка ладонью по лбу)

Воспитатель: Ребята, я предлагаю поиграть в игру «Цвет фруктов и овощей», я называю цвет, а вы – фрукты или овощи такого цвета, который я назвала, и наоборот. Например, красный – это…(ответ: помидор).Красный – (помидор, яблоко);синий – (баклажан);зеленый – (капуста, огурец, кабачок, груша);желтый – (яблоко, помидор, лимон);морковь – (оранжевая);кабачок – (зеленый);свекла – (красная);чеснок – (белый);репа – (желтая);оранжевый – (мандарин, апельсин, морковь).

Воспитатель: А вот еще загадка, какие фрукты, ягоды или овощи могут быть разноцветными? Ответы: Яблоко – (красное, зеленое, желтое).Перец – (зеленый, красный, желтый).Малина – (красная, белая, желтая).Смородина – (красная, черная, белая)

Воспитатель: Вы уже многое знаете о полезных продуктах, о важности витаминов. Ребята, предлагаю не терять времени даром и нарисовать все те продукты, которые помогут Айболиту быстрее вылечить зверей. Ребята, во время работы будьте аккуратными, помните, что продукты, богатые витаминами, не только вкусные, полезные, но и очень красивые.

**Итог.** Ребята, какие вы узнали полезные продукты? (Ответы детей)

Теперь звери будут кушать только то, что полезно, и не будет болеть, рисунки мы положим в конверт, подпишем его и отправим. Я вам желаю, чтобы ваше здоровье было всегда крепким!