

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад № 4 "Одуванчик"
города Новоалтайска Алтайского края

Развлечение «Путешествие в страну Витамицию»
для детей разновозрастных групп

Подготовила:
Туватова Я.С.

2022г.

Развлечение «Путешествие в страну Витаминию»

Цель:

- формирование представлений у детей о пользе витаминов для нашего организма.

Задачи:

«Познавательное развитие»:

- познакомить с понятием «витамины группы А, В, С» и продуктами, в которых они содержатся

- продолжать расширять знания детей о пользе витаминов для нашего организма

- закрепить знания детей о необходимости наличия витаминов в организме человека, о пользе продуктов, в которых содержатся витамины

«Физическое развитие»:- воспитывать желание быть здоровыми.

«Речевое развитие»:- развивать речь, внимание, память

«Художественно-эстетическое развитие»:

- упражнять в отгадывании загадок.

«Социально-коммуникативное развитие»:

- воспитывать коллективизм, желание помогать друг другу.

Ход и содержание:

Ведущий: Внимание! Внимание! Наш ковер-самолет отправляется в путешествие в страну Витаминию. Как вы думаете, ребята, кто жители этой страны и почему она так называется? Такой страны нет ни на одной карте. Эта страна необычная и жители там особенные, необыкновенные. Жители этой страны – Витамины. Витамины – это такие вещества, которые помогают детям расти крепкими и здоровыми. Если ребенок получает мало витаминов, то он начинает часто болеть и плохо растет. Вы хотите познакомиться с ними? (Входит Витаминка)

Витаминка: Здравствуйте ребята! Меня зовут Витаминка. Я живу в этой стране. Я приглашаю вас отправиться в увлекательное путешествие в «Страну Витаминию». Но чтобы туда попасть нужно, быть ловким, умным, а самое главное - здоровым! Кто доберется до этой страны получит сундук с сюрпризами, но до этого сундука могут добраться самые умные и находчивые. А мне очень хочется получить этот сундук. Ребята, вы мне поможете? В путь дорогу собирайся, За здоровьем отправляйся!

Кто хочет быть здоровым? А вы знаете, что такое здоровье? (ответы детей) Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается.

- А что нужно делать, чтобы не болеть? Правильно, нужно заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины. В страну Витаминию попасть не так-то легко, там живут крепкие и здоровые жители, для того, чтобы туда попасть нам нужно сделать зарядку.

Физминутка. Все ребята дружно встали

Все ребята дружно встали Выпрямится.

И на месте зашагали. Ходьба на месте.

На носочках потянулись, Руки поднять вверх.

А теперь назад прогнулись. Прогнуться назад, руки положить за голову.

Как пружинки мы присели Присесть.

И тихонько разом сели. Выпрямиться и сесть
А теперь садитесь наш ковер-самолет отправляется в путь!

Релаксация «Волшебный сон»

Дети ложатся на ковер, закрывают глаза, звучит спокойная, тихая музыка.

Витаминка: Вот мы и прибыли в «Страну Витаминию».

Станция «Витамин А»

Это станция на которой живут витамины роста и зрения.

Ребенок (В шапочке витамин А)

Расскажу Вам не тая, как полезен я друзья!

Я в моркови и в томате, в тыкве, в салате.

Съешь меня и подрастешь, будешь ты во всем хорош!

Помни истину простую: лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую или пьёт морковный сок!

Витаминка: Я вам сейчас загадаю загадку. А когда вы ее отгадаете, узнаете продукт, в котором очень много витамина А.

Загадка: Растет краса – зеленая коса, В земле вся рыжая сидит, Когда жуешь ее хрустит. (Морковка) А теперь посмотрите и скажите, где еще находится витамин «А». (помидор, вишня, яблоко, облепиха, морковка, персик, абрикос, тыква). (Витаминка показывает муляжи, а дети отвечают)

Для здоровья всем нужна и весёлая игра!

Игра "Кто быстрее соберет фрукты и овощи".

Молодцы, ребята!

Отправляемся на следующую станцию. Станция «Витамин В»

Он очень важен для работы головного мозга и всего организма.

Ребенок (В шапочке витамин В)

Рыба, хлеб, яйцо и сыр, мясо птица и кефир.

Дрожжи, курага, орехи – вот для вас секрет успеха!

И в горохе тоже я, много пользы от меня!

Очень важно спозаранку съесть за завтраком овсянку.

Чёрный хлеб полезен нам, и не только по утрам!

Витаминка: Сейчас я загадаю вам загадку, а вы отгадайте.

Загадка: В коричневом кафтане, в земле сижу с друзьями. Кто лопатой копнет – меня найдет. (Картошка)

Молодцы, правильно. В картофеле содержится много витамина В, а еще этот витамин есть в различных крупах. Посмотрите и скажите, где содержится витамин В (Горох, гречка, овсянка, сыр, картошка, рыба, черный хлеб, грецкие орехи) .

Игра «Вершки и корешки»

Витаминка: Молодцы, хорошо поиграли! Отправляемся на следующую станцию.

Станция «Витамин С»

Эти витамины защищают организм от различных болезней, особенно от простуды и гриппа.

Отгадайте загадку, и узнаете, в каких продуктах содержится витамин С.

Загадка:

В золотой одежке ни одной застёжки. Он целитель врач и друг лечит он любой недуг.
(Лук) Витамина С очень много во всех овощах, фруктах и ягоды. Посмотрите, и скажите, где находится витамин С?

(Черная смородина, шиповник, лимон, апельсин, чеснок, лук, капуста) .

Игра «Витаминная корзина»

А теперь давайте соберем витаминную корзину-в корзину класть только те продукты, с состав которых входит витамин «С»

Витаминка: Вот мы и познакомились с жителями страны Витаминии – витаминами.

Ребята, а вы знаете, что в стране Витаминии нет обычных дорог, а есть только дорожки здоровья, и я знаю, что эта дорожка здоровья приведет нас к сундуку с сюрпризами. Давайте скорее пройдем по ней. (Дети идут за Витаминкой) .

А вот и сундук. (Дети находят сундук). Открывают сундук.

В нем лежит письмо от графа Лимона и фрукты.

Советы от графа Лимона:

Если хочешь быть здоров, не бояться докторов,

Ешь побольше ягод, овощей и фруктов-

Самых витаминных продуктов.

Витамины просто чудо!

Столько радости несут

Все болезни и простуды

Перед нами отвернут.

Витаминка:

День сегодняшний чудесный

Не растает без следа.

Я весёлое путешествие это

Не забуду никогда!

Спасибо вам ребята, мне с вами было так интересно! А вам понравилось наше путешествие?

Я с вами прощаюсь. Вам желаю не лениться, Физкультурой заниматься, Витаминами питаться. Пить лишь соки и нектары, Есть арбузы и бананы. Яблоки, изюм и киви, Манго сладкое и дыни, Не болейте, улыбайтесь Быть здоровыми старайтесь! (Детям раздаются фрукты.)