

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ**  
**Самарская область**  
**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
**детский сад общеразвивающего вида №2 «Золотая искорка»**  
**городского округа Тольятти**

**Внедрение электронных образовательных ресурсов (ЭОР)**  
**в различные виды деятельности детей**

Тема: ***ПОЛЬЗА ВИТАМИНОВ В РАЦИОНЕ***  
***ДОШКОЛЬНИКОВ***  
**(овощные сказки по радио)**

Дата проведения:

16 января 2014г. - 13 февраля 2014г.

Выполнила: воспитатель

Саломатина Т.В.

**2014 год**  
**г.о. Тольятти**

## Актуальность

*Среди множества разнообразных факторов, постоянно действующих на развитие детского организма и его здоровье, **важнейшая роль принадлежит питанию**. Характер питания в раннем детстве накладывает отпечаток и влияет на дальнейшее развитие ребенка и его состояние здоровья не только в детско-подростковом возрасте, но и во взрослой жизни.*

**Правильное, или рациональное питание** – это такое питание, которое обеспечивает укрепление и улучшение здоровья, физических и духовных сил человека, предупреждение и лечение заболеваний. **Одним словом, правильное питание – это здоровое питание**

**Витамины** - в суточном рационе должно быть достаточное количество всех витаминов. Витамины необходимы для нормального течения биохимических реакций в организме, усвоения пищевых веществ, роста и восстановления клеток и тканей. Овощи, фрукты, ягоды являются богатым источником минеральных солей и витаминов. Однако в процессе кулинарной обработки эти вещества в значительной мере утрачиваются. Поэтому детям следует давать больше овощей, фруктов и ягод в сыром виде и обогащать витаминами готовые блюда, добавляя в них сырые соки и зелень.

Одним из эффективных средств решения данных задач педагогический коллектив нашего дошкольного учреждения считает внедрение общеселекторного радио, как одну из форм планирования и организации воспитательно-образовательной работы.

Для разнообразия поступающей информации через радио, мною были сочинены сказки по теме: «Полезность витаминов в рационе дошкольника», а затем прочитаны детям. Ведь сказки были и остаются любимым источником получения информации в дошкольном возрасте. Данный способ преподнесения сказок позволяет детям вслушиваться в речь рассказчика, углублять и расширять свое воображение, фантазию и творческое мышление. В связи с этим я считаю своей **целью**: Стимулировать детей к пониманию пользы витаминов для полноценного развития подрастающего организма. ОО «Познавательное развитие»

### **Задачи:**

1. Формирование художественно-эстетического развития ОО «Художественно-эстетическое развитие» ОО «Художественно-эстетическое развитие»
2. Формировать умения устанавливать причинно-следственные связи в тексте (логику событий, причины и следствия конфликтов, мотивы поведения героев)
3. Формировать умения использовать авторские средства выразительности при пересказе литературных произведений. ОО «Социально-коммуникативное развитие»

### Любопытный Зельничок.

Жили были на огородной грядке семья Помидорных. Папа — важный сеньор Помидор, мама- королева Помидориха и их два сына. Старший сын — Бурничок и младший сыночек — Зельничок. Каждое утро, как только всходило солнце, семья была занята важными делами: папа развалившись на кусту грел свои бака. Мама принимала солнечные ванны, Бурничок напивал свою любимую песенку:

Я на солнышке лежу.  
Бока грею и пою.  
Все лежу и лежу  
Жду, когда созрею.

И только Зельничок ничем не занимался, только висел на плодоножке и качался на ней, как на качелях.

Но однажды он увидел на стебельке гусеницу. Которая превратившись палочкой явно от кого-то пряталась.

— Эй, сеньора гусеница — закричал Зельничок, вы зачем на наш помидорный куст залезли?

— Тише!, Тише!, маленький зеленый помидор, шёпотом, но очень сердито проговорила гусеница. Я от Петуха Петровича прячусь, а ваш кустик для этого в самый раз подходит. Я зеленая и он зеленый, Петя меня не сразу найдет.

— Ты молодец, сеньора гусеница, в прятки с Петей играешь, игры — это хорошо! А я вижу здесь целый день напролет, и от меня ни какой пользы нет, - очень грустно сказал Зельничок.

— Эко, ты напраслину на себя наводишь! От каждого кустика, зверька и паучка в этой жизни есть польза. Ты просто об этом не знаешь. Не веришь? Спроси у Петуха Петровича он у нас все знает! - сказала гусеница и заползла поглубже в листочек.

Не далеко, и в самом деле, важным шагом прогуливался Петух Петрович. Он был местной знаменитостью, из-за своего храброго нрава и несгибаемой упертости. Если он прогуливался по двору и огороду, абсолютно все без исключения, встречавшиеся ему на пути, выражали свое почтение.

Так он, горделивым шагом, и добрался до куста семейства Помидоровых. Как и положено вся семья выразила Петру Петровичу свое восхищение и уважение. Улучив момент маленький Зельничок заговорил с почтенным гостем.

— Уважаемый и всезнающий, Петух Петрович, не удостоите ли вы меня минуткой внимания?, - спросил малыш.

— Если только минуткой? Я очень занят! - ответил Петя и приготовился отвечать на вопросы зеленого помидорчика.

— Не подскажите ли, вы, какая польза от нас, от Помидоровых?

— Про пользу сказать не могу. А вот, что вас еще называют томатом- знаю.

Это вас так назвали индейцы «томатль», что означает «большая ягода», а потом уже итальянцы, увидев вас образовались: «Помидоре! Помидоре!» - «Золотое яблоко! Золотое яблоко!».

Вот так!, важно сказал Петух Петрович и, собравшись продолжить свой путь, посоветовал Зельничку обратиться за советом, о пользе помидоров, к старой кошке Матрене.

Матрена, как обычно, лежала на завалинке и мурлыкала под нос какой то мотивчик.. Зельничку пришлось приложить не мало усилий, чтобы докричаться до нее.

– Кошечка Матрена! Кошечка Матрена!

– Ну кто меня беспокоит в столь знойный час?

– Это, я маленький зеленый помидорчик - Зельничок.

– Ну и зачем я тебе понадобилась?

– Мне нужна ваша помощь!

– Помогать всем, моя слабость! — зевнув и потянувших, сказала кошка Матрена, и поближе подошла к помидорному кусту. Ну, спрашивай.

– Понимаете, кошечка Матрена, Гусеница с Петухом спортом занимаются — польза. Вы мышей ловите, которые зерно в сарае грызут — польза. А вот я не знаю, чем я полезен?

– Ну раз такое дело, слушай и запоминай! В помидорах имеется очень важный, но очень крошечный элемент — хром. И если каждый день есть помидоры, то организм будет находиться в постоянном хорошем настроении. А так же он помогает нашим глазам хорошо видеть. Помидорчик ты очень важен для нашего организма! Поэтому Зельничок подставляй свои бока под горячее солнышко, становись красным, как твой папа, и радуй нас своим присутствием.

– Спасибо, дорогая кошечка Матрена!

Очень обрадованный, своей важностью, Зельничок поудобнее устроился на своей плодоножке и начал подпевать своему брату Бурнечку:

Мы на солнышке висим,

Ему спасибо говорим.

Пусть висим и висим

Хрома ждем мы и молчим.

Еще зеленые пока,

Только бурые бока.

Лишь пока, лишь пока

Наши бурые бока.

Наберется сочный хром

Унесет хозяйка в дом

Сочный хром, сочный хром

Будет праздник во весь дом.

## Сказка № 2

### Сказка о том, как Картофелины подружились с Колорадским Жуком.

В одном царстве, в некотором государстве жили были Картофелины. Жили не тужили в гости друг к другу ходили. Праздники пышно отмечали и горя не знали. Государством правил царь — развеселый Картофан, королева там была очень умная жена — Картошка. И было у них пятеро дочерей : Синеглазка, Краснощечка, Белолика, Голубика и маленькая Озорника. Ее так называли потому, что она часто не слушалась родителей и делала, то что обычно принцессы делать не должны.

— Дорогие мои, дочери, сказала мама, - никогда не выходите за пределы нашего государства. Там за бугром живет и властвует злой царь — Колорадский Жук. Он очень давно пытается захватить наше королевство, но наши воины без усталости стоят на защите наших границ.

— А как он выглядит? Спросила Озорника. Ко всему прочему, она была еще и очень любопытна.

— У него твердый панцирь, красно-черного цвета, два крыла, и четыре лапки. Если он усядется к вам на листочек, он обязательно погубит вас.

Во время беседы с мамой, Озорника отвлеклась, на пролетающую мимо нее муху, и про опасность прослушала.

Как то раз девочки играли с мячами у ворот замка. Синеглазка с синим мячом, Краснощечка с красным, Белолика с белым, Голубика с голубым, а Озорника с полосатым мячом. Девочки так увлеклись игрой, что не заметили, как очутились на полянке далеко от дома. Первой опомнилась Синеглазка, но было уже поздно, ворота замка были закрыты на засов и больше ни кто не мог не попасть в замок не выйти из него. Расстроенные и раздосадованные сестры отправились искать себе ночлег. Долго ли коротко ли шли сестрички , но дошли они до большого и темного замка.

— Мне очень страшно - сказала старшая сестра Синеглазка.

— Мне очень холодно — сказала вторая сестра Краснощечка, у которой со щечек давно сошел румянец.

— Мне ничего не видно — огорчилась Белолика.

— Мне не хватает моего голубого неба — зарыдала Голубика.

— Перестаньте грустить — произнесла Озорника — давайте лучше постучимся и попросимся на ночлег.

Девочки приняли предложение своей младшей сестры и изо всех сил принялись тарабанить в высокие железные ворота. Ворота через некоторое время отворились и девочки оказались в большом просторном зале, где горели тысячи канделябров, звучала медленная музыка и теплом дышал старинный камин. Девочкам сразу стало и теплее и светлее, но почему то хозяина замка нигде не было. Они огляделись несколько раз, подошли поближе к камину и принялись греть свои озябшие листочки. Они и не заметили, как откуда не возьмись появился Колорадский Жук.

— Добрый вечер, милые барышни.

Девочки от неожиданности вздрогнули и застыли на месте, словно вкопанные.

– Добрый вечер!, Добрый вечер! ответила на приветствие Озорника. Извините нас, уважаемый, но мы без вашего разрешения решили погреться и передохнуть в вашем замке.

– Ну что ж я очень рад. Будет чем поживиться. Вот мне и ужин и завтрак и обед. - обрадовался Жук.

Девочки от страха задрожали, как осиновые листья и только Озорника готова была дальше продолжать разговор.

– Вы нас не сможете съесть!

– Это еще по чему?

– Ну потому что мы еще совсем маленькие и не набрались необходимых витаминов.

– Каких еще таких витаминов?

– Это полезные и очень важные вещества.

– А вы можете мне о них рассказать?, и если вдруг мне ваши истории понравятся, я обещаю вас отпустить по добру по здоровью.

– Начнем с истории — заговорила Синеглазка — мы родом из Южной Африки. Нас там нашли голодные испанцы, которым очень хотелось есть. Мы им так понравились и напомнили знакомые им подземные грибы — туртуфоли, что они нас так и назвали. Быстро разбежались наши клубеньки по всему свету и наши прапрадедушки и прапрабабушки назвали нас - картофелем. Так что сам видишь, Колорадский Жук, мы вон какие путешественницы — напоследок сказала Синеглазка.

– Да..., мне твоя история понравилась! Давай следующую историю — приказал зловредный Жук.

– А еще про картошку говорят: «Картошка — второй хлеб» - продекларировала Краснощечка -это потому что она очень сытная и легко может заменить кусочек хлеба. Так, что Жук не обижай нас и будешь всегда сыт.

– Ну если голова!! многозначительно сказал Жук, мне умная голова не помешает.

Белолика рассказала, Колорадскому Жуку, о пользе крахмала для организма, который в большом количестве имеется в картофеле, чем и удовлетворила его любопытство.

Голубика не обошла стороной и полезные свойства картофеля для кожи.

– Если ты Жучок, увидишь, что твоя кожа, после трудовых будней, стала сухая и старая, то незамедлительно сделай себе масочку из картофеля и усталость как рукой снимет. Будешь вновь молодым и полным сил.

– Непременно воспользуюсь твоим советом.

А теперь твоя очередь, обратился Жук к Озорнике, которая с интересом разглядывала, как догорает свеча в канделябре.

– А у меня рассказ пойдет о блюдах из картофеля — гордо сказала Озорника.

– Ну послушаю, послушаю, чем ты будешь меня подчивать!

– Из картофеля можно приготовить столько блюд, сколько приглашают гостей на пир со всего света, огромного стола не хватит, чтобы разместить тарелки с блюдами из картофеля. А в этих тарелках: картошка жаренная, картошка паренная, картошка в мундире, пюре из картофеля, пирожки с картошкой, картофельные оладьи, запеканка из картофеля и еще много чего.

– Вот это да, заголосил Колорадский Жук, да с Вами дружить нужно, а не воевать, как же я раньше этого не понимал. Спасибо вам Картошечки за поучительные рассказы.

– Ну, а теперь выполняй свое обещание! Отпускай нас на все четыре стороны!

– Обязательно отпущу, вот только утро наступит и идите туда, откуда пришли.

С этими словами все легли спать, а наутро пять сестер благополучно вернулись домой и рассказали родителям о своем приключении.

С тех пор государство Картофелин подружилось с Колорадским Жуком и постоянно удивляли Жука новыми кулинарными шедеврами из картофеля.

