

## Беседа о фруктах и овощах

г. Новоалександровск 2025 г.

**Беседа о фруктах и овощах**  
для детей 1-й младшей группы

Воспитатель: Лебедева Н.А.

**Цель:** расширять знания о пользе овощей и фруктов для здоровья.

**Ход:** слышится плачь.

Воспитатель: ой, ребята, кто-то плачет, пойду – посмотрю. (*Входит с зайцем на руке.*) Ребята, да это же заяц плакал. Что с тобой, заяка, заяка-попрыгайка?

Заяц: здравствуйте, девочки. Здравствуйтесь, мальчики. (*Дети здороваются.*)

Зубки у меня болят,

Глазки плохо видят,

Ножки у меня не ходят,

Силушки уходят.

Воспитатель: да ты наверно витамины не ел.

Заяц: витамины – это что? Где я их возьму?

Воспитатель: ребята, давайте мы с вами поедим в страну «витаминовую» и возьмём с собой зайку. А на чем мы можем поехать? (*Ответы детей.*)

Страна «витаминовая» далеко, и поэтому мы поедим на поезде. Я – паровоз, а вы – вагончики .

Все прицепились? Поезд отправляется.

Дети становятся друг за другом, они выполняют роль вагончиков, а взрослый – паровоза.

Паровоз даёт гудок, и поезд начинает движение: вначале медленно, а затем все быстрее и быстрее.

Дети поют и двигают руками в такт словам «чу-чу-чу».

Вот поезд наш едет,

Колеса стучат,

А в поезде этом

Ребята сидят.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу!

Пыхтит паровоз

Далеко-далеко

Ребят он повёз.

Но вот остановка,

В дороге опять,

Вставайте, ребята,

Пойдёмте гулять!

Заяц: ой, куда мы приехали?

*Воспитатель показывает иллюстрацию с изображением огорода, на котором растёт репка.*

Воспитатель: ребята, что это, где мы оказались?

Давайте сядем и расскажем зайчику, что здесь растет? (Ответы детей.)

А на нашем огороде кроме репки ничего не растёт. Давайте посадим овощи.

Я ребятки, загадаю вам загадки,

Вы отгадки все найдите и на огороде посадите.

Растут на грядке зелёные ветки – красные детки. (Помидоры.)

Ребёнок находит помидор, называет его характерные особенности и вставляет в огород.

Закутан ребёнок в сто пелёнок. (Капуста.)

Ребёнок находит капусту, называет её характерные особенности и вставляет в огород (и так далее со всеми овощами).

Растёт в земле на грядке оранжевая, длинная, сладкая. (Морковь.)

На грядке длинный и зелёный, а в кадке жёлтый и солёный. (Огурец.)

Воспитатель: вот все овощи мы и посадили на огороде. Теперь ты понял, заяц, где растут овощи. Ребята, как называется салат из моркови? (Морковный.)

Воспитатель показывает волшебный мешочек.

Воспитатель: посмотрите, ребята, какой у меня красивый мешочек. С веток фрукты я сорвала и в мешочек их убрала.

Воспитатель предлагает одному из ребят: «Найди на ощупь, не глядя в мешочек, что хочешь. А теперь скажи, что ты взял?

Почему, ты, так думаешь?» (Ребёнок достаёт из мешочка фрукт и описывает его.

По очереди задание выполняют все дети.)

Так что было в мешочке? (ответы детей)

Спелые, сочные, разноцветные,

На деревьях всем заметные!

Самые полезные,

А зовутся... (Фрукты.)

Воспитатель: вот все фрукты и в корзине, будем мы варить компот, вкусный и полезный.

Как называется компот из фруктов? (Фруктовый.)

Будем мы варить компот (маршировать на месте)

Фруктов нужно много. Вот: (показать руками «много»)

Будем яблоки крошить, (имитировать, как крошат, рубят, отжимают, кладут, насыпают сахар)

Грушу будем мы рубить,

Отожмём лимонный сок,

Слив положим, сахарок. (имитировать, как мешают ложкой)

Варим, варим мы компот,

Вкусный и полезный,

А теперь его попьём. *(имитировать, как пьют компот)*

Заяц: я всё понял, где они растут, а зачем я их должен есть, не понял.

Воспитатель: детки сейчас тебе расскажут. Ребята, для чего надо кушать овощи и фрукты? *(ответы детей)*

Запомните сами и расскажите другим:

Ешьте овощи и фрукты –

Витаминные продукты,

Каждый день и круглый год.

И тогда простуда злая

Стороной вас обойдёт.

