

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 5 «Степнячок »

**Конспект
образовательной деятельности**

Образовательная область «Социально - коммуникативное».
Тема: «Мы здоровье бережём»

Возрастная группа: средняя

Подготовила:
*Вязовик Любовь Николаевна,
воспитатель I кв. категории.*

Акбулак, 2023 г.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи:

Образовательные:

- способствовать формированию целостного отношения детей к своему здоровью;
- закреплять знания о вредных и полезных продуктах;
- различать и называть предметы гигиены;
- закрепить представление о том, как важно соблюдать правила личной гигиены;
- учить отвечать на вопросы воспитателя по очереди, полным ответом;
- обогатить словарный запас.

Развивающие:

- развивать память, внимание, воображение;
- развивать двигательную активность детей.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
- воспитывать чувство доброты, заботы.

Виды деятельности: коммуникативная, игровая, двигательная, познавательная.

Материалы и оборудование: дидактическая игра «Полезное-вредное», разрезные картинки «Предметы личной гигиены», кукла Нехочуха.

Методы и приемы:

1. Словесный: рассказ воспитателя, вопросы к детям, беседа, пояснение, объяснение, указание.
2. Практический: поисково-практические действия.
3. Игровой: создание игровой ситуации, игры.

Словарная работа:

- Расширить словарный запас детей: «витамины», «предметы личной гигиены», «гигиена».

Индивидуальная работа:

- активизировать Арсения в употреблении слов, обозначающих полезные продукты.
- активизировать Витю и Сашу в употреблении слов - предметов личной гигиены.

Предварительная работа:

- ✓ Беседа «Полезное – вредное»;
- ✓ беседа о здоровье, гигиене, спорте;
- ✓ просмотр иллюстраций на тему «Полезное – вредное», «Предметы гигиены»;
- ✓ сюжетно-ролевые игры;
- ✓ речевые игры «Назови фрукт», «Назови овощ», «Фрукты – ягоды»;
- ✓ чтение произведений художественной литературы К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», А. Барто «Девочка Чумахая», Е. Кан «Наша зарядка», Р. Корман «Микробы и мыло»;
- ✓ музыкальные физминутки, подвижные игры на улице, в группе.

Ход занятия:

(Дети входят в зал, здороваются с гостями и подходят к стульчикам в кругу)

Организационный этап

Воспитатель: Ребята, сегодня у нас на занятии гости, поздороваемся с ними. Представьте, что ваши руки лучики. Покажите их. Повторяйте за мной:

Встанем рядышком по кругу,

Скажем здравствуйте друг другу,

Нам здороваться не лень,

Всем привет и добрый день.

Если каждый улыбнется

Утро доброе начнется.

Молодцы. Присаживайтесь.

Основной этап.

Вос.: Ребята слышите за окошком шумит легкий ветерок, птицы поют и кажется кто-то ... плачет (Вдалеке раздается плач куклы Нехочухи)

Восп.: Ой ребята кто это?

Дети. Нехочуха. Но почему же она так плачет? Ваня спроси у куклы вежливо, что же случилось?

Ребенок.: Что с тобой случилось Нехочуха?

Вос.: Не отвечает. Может кто-то еще хочет спросить? Попробуй Вероника.

Реб.: Что с тобой случилось Нехочуха?

Кукла.: Ребята я кажется приболела.

Голос мой совсем охрип.

Может быть у меня грипп?

Вос.: Да кажется наша кукла приболела. Но почему? Как вы думаете?

Дети.: Она не мыла руки. Кукла плохо одевалась на улицу. Кукла плохо кушала.

Вос.: Правильно дети. Кажется, Нехочуха не знает о главных правилах здоровья. Может мы ей расскажем и поможем?

Дети.: Да, поможем. Конечно расскажем.

А вот наши дети почти не болеют. А почему?

- Расскажите, что вы делаете, чтобы гриппом не болеть?

(Ответы детей: закаляемся, едим фрукты и овощи, лук, делаем массаж).

- Ребята, а давайте покажем, какой массаж нудно делать, чтобы Нехочуха скорее выздоровела.

Дети: Нужно сделать ему точечный массаж, чтобы облегчить состояние больного.

(Дети садятся в круг и показывают комплекс самомассажа)

Чтобы горло не болело мы погладим его смело. *(поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)*

Чтоб не кашлять, ни чихать будем носик растирать. *(указательными пальцами растирают крылья носа)*

Лобик тоже разотрем – ладонь поставим козырьком. *(прикладывают ко лбу ладони «козырьком»)*

Вилку пальчиками сделай – ушко ты погладь умело. **(раздвигают указательные и средние пальцы и растирают точки перед ушами и за ними)**

Знаем, знаем: да,да,да!

Нам простуда не страшна! *(потирают ладони)*

Воспитатель: А теперь давайте расскажем пехочухе, что еще нужно делать, чтобы быть **здоровым**? Я сейчас буду читать стихотворение, если в нем все правильно, то вы хлопаете в ладоши, если в нем что-то не правильно, вы топаете ножками.

2. Чтобы расти и закаляться,
Нужно спортом заниматься,
Чтобы зубы не болели,
Ешь конфеты-карамели,
Фрукты и овощи перед едой,
Тщательно, очень старательно мой,
Если выходишь зимой погулять,
Шапку и шарф надо дома оставлять,
Вовремя ложись, вставай,
Режим дня ты соблюдай,
Вот еще совет простой,
Руки мой перед едой,
Если на улице лужа иль грязь,
Надо туда непременно упасть,
Платочек, расческа должны быть своими,
Это запомни и не пользуйся чужими.

Воспитатель: Есть еще один секрет для нашего **здоровья**. Вот послушайте:

Никогда не унываю,
И улыбка на лице,
Потому что принимаю витамины А, В, С.

Как вы думаете, где могут быть витамины? (*Ответы детей*). Правильно, в овощах и фруктах. Витамины нужны для нашего роста, чтобы у нас были силы бегать, прыгать, играть.

3. Сейчас мы поиграем в игру **«Вредное – полезное»**

Я предлагаю вам разделить все продукты на вредные и полезные. Тогда наша Нехочуха точно узнает, что нужно кушать, чтобы не болеть. В зеленую корзинку мы положим полезные продукты, а в красную- вредные. (Приглашаю деток, они выбирают карточку, я спрашиваю в какую корзину они ее определяют и почему).

Вос.: Ваня, что ты выбрал?

Ваня.: Яблоко.

Вос.: Скажи, в какую корзину ты его положишь?

Ваня.: В зеленую, потому что оно полезно для здоровья, в нем много витаминов.

Вос.: Ребята посмотрите все правильно?

Дети.: Да.

Вос.: Вы большие молодцы. Кто правильно питается с болезнями не знается! Нехочуха, ты запомнила, что нужно кушать, чтобы не болеть?

Кукла.: Да ребята я все запомнила.

Молодцы ребята! А скажите, мы с вами можем не дышать? (*Нет*). Конечно, а чем мы дышим? (*Воздухом*). Правильно, чтобы быть **здоровым** нам необходимо дышать свежим воздухом, для этого вы ходите на прогулку.

Нехочуха: Я очень люблю гулять, оказывается это еще и полезно

Физкультминутка:

«Рано утром на прогулку»

Рано утром на прогулку

Друг за другом мы идем.

и все дружно по порядку

Упражнения начнем.

Ручки потянули вверх, словно там висит орех.

Тянем в стороны потом, словно обнимаем дом.

Ноги врозь, на пояс руки

В лево плечи разверни.

А теперь на право. Ну- ка!

Упражнение повтори!

А теперь пора попрыгать,

Как лягушка: прыг – прыг- прыг.

Кто устать боится мигом?

Кто к разминке не привык!!!

Воспитатель: Дети, а вы знаете, чтобы быть **здоровым**, нужно не только кушать витамины и быть сильным! Нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены. Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду? (*Мы умываемся по утрам и вечерам, чистим зубы и др.*)

– Для чего это надо делать? (Чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была **здоровой**, чтобы быть закаленными, чтобы смыть микробы.)

Воспитатель: ребята чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники.

Вос.: Ребята, это части картинок. Но как узнать, что на них изображено?

Задание: «Вы картинки соберите и предметы назовите»

Вос.: Правильно. Чтобы понять, что на них изображено необходимо их собрать. Я разделю вас на две команды. Собирать картинки нужно дружно со своей командой. А мы с Нехочухой посмотрим, что получится. «1,2,3, картинки собери».

Разрезные картинки «Предметы гигиены»

Молодцы. Скажите первая команда, что у вас получилось?

Дети.: Мыло.

Вос.: А у вас?

Дети.: Зубная щетка и зубная паста.

Вос.: Молодцы. А у вас?

Дети.: Расчески.

Вос.: Ну а у вас?

Дети.: Это полотенце.

Вос.: Что у вас?

Дети.: Вода.

Вос.: Правильно. Молодцы. Скажите для чего нам нужны все эти предметы?

Дети.: Чтобы быть чистыми.

Вос.: Зачем нужны ваши предметы? (спрашиваю у первой команды)

Дети.: Зубная паста и щетка нужны чтобы чистить зубы.

Вос.: Правильно. Очень важно следить за чистотой зубов. А зачем вам мыло?

Дети.: Чтобы мыть руки.

Вос.: Правильно ребята. А почему мы должны мыть руки?

Дети.: На наших руках много микробов. Мыло их уничтожает.

Вос.: Верно. Руки надо мыть перед едой, после прогулки, после посещения туалета. Это очень важно. Ведь если вы будете кушать грязными руками, то непременно заболите.

Вос.: А зачем нам нужна расческа?

Дети.: Расческа нужна чтобы приводить волосы в порядок.

Вос.: А скажите без чего мы не сможем мыться и умываться?

Дети.: Без воды.

Вос.: Правильно. Вода помогает нам в борьбе с микробами. А правила чистоты называются правила гигиены. Арсений повтори. Если соблюдать правила гигиены, то никогда не заболеешь. Нехочуха, ты запомнила? Ну как ты Нехочуха?

Н.: Спасибо, все прошло.

Рефлексивный этап.

В.: А что мы делали потом?

Д.: Разделяли продукты на вредные и полезные.

В.: Какие картинки мы собирали?

Д.: Предметы личной гигиены.

В.: Скажите какие правила нужно соблюдать, чтобы не болеть?

Дети.: Правильно питаться. Кушать овощи и фрукты. Соблюдать гигиену. Чистить зубы. Мыть руки.

Вос.: Правильно. Ребята, вы большие молодцы. Нехочуха, ты все запомнила?

Кукла: Да. Ребята большое спасибо вам за помощь. Теперь я точно знаю какие правила нужно соблюдать, чтобы не болеть.

Вос.: Ребята большое вам спасибо за помощь.

Упражнение «Молодцы»

-Раз, два, три

-Мы сегодня молодцы!

Давайте пожелаем нашим гостям

«Будьте здоровы».

Прощание с гостями.