МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ города Дубны

ДЕТСКИЙ САД № 30 "Малыш"

Конспект образовательной деятельности

"ЗДОРОВЬЕ-ТВОЕ БОГАТСТВО!"

Средняя группа

Образовательная область: Познавательное развитие.

**Цель:**

-продолжать формировать у детей представления о здоровье и здоровом образе жизни;

**Задачи:**

**-**  знакомить детей с составляющими здорового образа жизни;

**-** развивать умение заботиться о своем здоровье;

**-** продолжать развивать память, логическое мышление, внимание, речь;

-развивать познавательный интерес мыслительную активность, воображение. -воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

**Оборудование:**

Набор иллюстраций – «Продукты питания», макет кирпичного дома(разборный), мяч, макет дерева, телефон, зайчик(игрушка), кукла доктор Айболит, магнитофон, диск с комплексами ритмической гимнастики.

**ХОД**

**Воспитатель: -** Сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье. Когда мы здороваемся, мы желаем друг другу здоровья.

(проводится коммуникативная игра с мячом«Здравствуйте» ).

1. По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем. *(Идти по кругу или парами)*

Здравствуй, солнце, здравствуй, речка. *(Поднимают руки вверх и машут)*

Здравствуй, белая овечка *(делают рожки)*

Здравствуй, козлик! *(указательные пальцы прикладывают к голове)*

Здравствуй, кот, *(перебирают мягкими ручками)*

Тот, кто моет лапой рот. *(«умываются»)*

2. По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем.

 *(Идти по кругу или парами)*

Здравствуй, солнце, здравствуй, речка. *(Поднимают руки вверх и машут)*

Здравствуй, белка! *(Прижимают согнутые руки к груди)*

Здравствуй, стриж! *(Машут «крылышками»)*

Здравствуй, заинька-малыш! *(Руки подставляют к голове)*

Здравствуйте, мои друзья! *(Поднимают руки вверх и машут)*

Очень рад всех видеть я!

*(Прижимают руки к груди и вытягивают их вперёд)*

*Далее за дверью раздается чей-то плач.*

*Воспитатель идет посмотреть.*

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, к нам в гости пришел зайчик, давайте поздороваемся с ним.

**Дети:** -Здравствуй, зайчик!

**Воспитатель:** *(обращаясь к зайчику)*:- Что случилось с тобой, зайка, почему ты такой грустный?

**Зайчик:** -Ребята, я пришел к вам за помощью. Что-то я совсем без сил, мне кажется, что я потерял свое здоровье и не знаю, где его найти. Вы мне поможете?

**Дети: -** *Да!*

**Воспитатель:**- Ребята, а как вы думаете, кто может помочь зайчику, кто все знает о здоровье и о том, что надо делать, чтобы его не потерять.

**Дети:** *-Врач.*

**Воспитатель:**- А где можно найти врача?

**Дети:** *-В больнице.*

**Воспитатель:** - Как можно вызвать врача сюда?

**Дети:** *- Позвонить по телефону.*

**Воспитатель:** - По какому номеру телефона вызывают врача?

**Дети:** *-03*

**Воспитатель:**- Правильно, чтобы вызвать врача, скорую помощь нужно набрать всего лишь 2 цифры – 03.

*(воспитатель показывает этот номер телефона и звонит)*

**Воспитатель: -**Алло, здравствуйте, это больница? Мы бы хотели вызвать врача. У нас, кажется, заболел зайчик. Вы сможете прийти?  Спасибо! Ждем!

**Воспитатель: -** Ну вот, зайка, скоро придет врач и подскажет, как можно тебе помочь.

*(Появляется доктор Айболит(кукла у воспитателя).*

**Доктор:** *-*Здравствуйте, ребята. Я пришел по вызову. Что же у вас случилось? Неужели кто-то заболел?

**Воспитатель: -**Нет, наши дети здоровы, но вот к нам в гости пришел зайчик, который себя плохо чувствует и боится, что он потерял свое здоровье. Он не знает как можно найти свое здоровье.

**Доктор:**  -Я открою вам маленький секрет. Наше здоровье можно сравнить с домиком у которого много кирпичиков. Эти кирпичики держатся друг за друга и не дают дому упасть, благодаря им он очень прочный. Чтобы узнать, как называется первый кирпичик нашего домика здоровья, я предлагаю вам поиграть в игру, которая называется «Правильно, правильно, совершенно верно».

- Я буду вам говорить маленькие стихотворения, если в них говорится то, что правильно, то вы все вместе говорите «правильно, правильно, совершенно верно», а если в стихотворении говорится о том, что не надо делать, то вы молчите. Вы поняли?

**Дети:** - *Да.*

**1.**Чтоб расти и закаляться

Надо спортом заниматься.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**2.**Будет пусть тебе не лень

Чистить зубы дважды в день.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**3.**Чтобы зубы не болели

Ешь конфеты-карамели.

......

**4.**Если выходишь зимой погулять

Шапку и шарф надо дома оставлять.

......

**5.**Фрукты и овощи перед едой

Тщательно, очень старательно мой.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**6.**Вовремя ложись, вставай

Режим дня ты соблюдай.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**7.**Вот еще совет простой

Руки мой перед едой.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**8.**От мамы своей быстро вы убегайте

Ногти свои ей подстричь не давайте.

........

**9.**Платочек, расческа должны быть своими

Это запомни и не пользуйся чужими.

*«правильно, правильно, совершенно верно»*

**10.**Если на улице лужа иль грязь

Надо туда непременно упасть.

........

**Доктор:**- Как можно одним словом назвать все те действия, которые надо обязательно выполнять и на которые вы дружно ответили «правильно, правильно, совершенно верно»?

**Дети:** - *Гигиена.*

**Доктор:**- Именно так называется наш первый кирпичик здоровья. Чтобы быть здоровым нужно соблюдать **личную гигиену**

*(Ставим 1-й кирпичик здоровья).*

**Доктор:**- А теперь я предлагаю вам проделать небольшой опыт. Попробуйте глубоко вздохнуть, а потом закройте ладошкой нос и рот. Что вы чувствуете?

**Дети:** -Тяжело дышать.

**Доктор: -**А чем мы дышим?

**Дети:** -Воздухом.

**Доктор:** -Каким должен быть воздух?

**Дети:** - Чистым.

**Доктор:**- Правильно, мы дышим свежим воздухом, именно поэтому мы выходим каждый день на улицу, на прогулку.

*(Ставим 2-й кирпичик* нашего домика здоровья – **это свежий воздух).**

Проводится пальчиковая гимнастика **"Воздушный шарик"**

**Зайчик: -** Оказывается так интересно правильно дышать. Мне так понравилось это упражнение. Теперь я буду делать его каждый день.

**Доктор:**   -А еще у меня есть для вас особый рецепт. Вот послушайте.

**Никогда не унываю**

**И улыбка на лице**

**Потому что принимаю**

**Витамины А, В, С.**

**Доктор:** - Ребята, а что будет, если организму не будет хватать витаминов?

(Предполагаемые ответы детей: не будешь бегать, прыгать, играть, и будешь болеть и другие).

**Доктор:** -Правильно, ребята! Как вы думаете, где можно взять витамины или из чего получить их?

**Дети:** *-В продуктах питания, овощах и фруктах.*

**Доктор: -**Молодцы! Ребята, послушайте стихи о витаминах.

Я витаминка **А** Витаминкой **В**назвали

Меня запомнить просто Строго-настрого сказали:

Найдешь меня в морковке Жить в орешках, огурцах,

Я - витаминка роста. Хлебе, щавеле, грибах.

Хоть и кислый я на вкус Мы на солнышке лежали

Улыбнитесь, Сони… Витамин **Д** принимали.

Витаминкой  **С** зовусь Кто же мы теперь ребятки

И живу в лимоне. Или просто шоколадки?

**Доктор:**- А теперь я предлагаю вам вырастить чудо-дерево, на котором будут расти только полезные продукты. Вот здесь картинки с изображением различных продуктов питания. Каждый из вас подойдет, возьмет одну карточку с изображением полезного продукта и повесит ее на дерево. А потом тихонько сядет на свое место.

- Какие продукты не взяли на дерево?

 Почему?

- А как можно одним словом назвать продукты, изображения которых вы повесили на дерево?

Какие они?

**Дети:** -*Полезные витаминны.*

**Доктор:** - Именно так называется наш следующий кирпичик- **витаминная еда.**

*(Ставим 3-й кирпичик здоровья).*

**Доктор:** - У нашего домика уже стоит 3 кирпичика.

- А теперь давайте проверим, много ли силы в ваших руках. Покажите свои мускулы.

- Ребята, а от чего появляется сила в наших руках, как вы думаете?

- А вы любите делать зарядку?

**Дети:** -Да!

**(***Проводится комплекс ритмической гимнастики под музыку).*

**Доктор: -**Как вы думаете, почему человек должен быть сильным?

**Дети:** *-Сила укрепляет* *здоровье человека.*

**Доктор:**- Правильно!

- Следующий, 4-й кирпичик нашего домика называется – **физические упражнения и спорт.**

**Зайчик: -**Я все понял, чтобы найти свое здоровье и не потерять его, надо хорошо питаться, гулять на свежем воздухе, делать каждый день зарядку и не забывать мыть руки.

**Доктор: -**Все правильно, зайка. Но у нашего домика есть еще один кирпичик, вернее не кирпичик, а крыша нашего домика-здоровья! Посмотри на наших ребяток, они весело улыбаются. Как ты думаешь, какое у них настроение?

**Зайчик:** -Хорошее настроение .

**Доктор:**- **Хорошее настроение** – вот название крыши у нашего домика-здоровья!

**Воспитатель:**  -Посмотрите, как улыбается Зайчик, он радуется, что мы вместе узнали, как найти и сохранить свое здоровье. И мы все очень рады, что сумели ему помочь. Ведь правда, ребята?

**Дети:** - Да!

**Зайчик:**   -Да, конечно, спасибо, ребята. Теперь я расскажу эту хорошую новость другим зайчатам.

**Воспитатель:**   - Ребята, понравился вам наш домик здоровья? Давайте назовем, из каких кирпичиков мы построили наш домик-здоровья.

**1**-й кирпичик**:   гигиена 2**-й кирпичик:   **свежий воздух, 3**-й кирпичик:   **витаминная еда, 4**-й кирпичик:   **физические упражнения**, **5**—это крыша нашего домика:   **хорошее настроение.**

**Доктор:**   -Друзья, если вы будете соблюдать правила здоровья , то непременно будете здоровы! До свидания, ребята!

(Дети прощаются с героями)

**Составила и подготовила:**

воспитатель первой категории

Елохова А. В.