

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65 «Колосок»
Старооскольского городского округа

**Конспект организованной образовательной деятельности
«Хочу быть здоровым»
(младшая группа)**

Авторы: Андрейчева Н. Н., воспитатель
Капралова Н. В., воспитатель

Старый Оскол
2021

Тема: Хочу быть здоровым

Цель:

- Развитие познавательных интересов детей, расширение опыта ориентировки в окружающем мире, развитие общей моторики, координации движений, любознательности и познавательной мотивации. Развитие восприятия, внимания, памяти, наблюдательности, способности анализировать, сравнивать признаки предметов, делать простейшие обобщения.

- Воспитание стремления вести здоровый образ жизни.

Предварительная работа: Рассматривание альбома «Вредная-полезная еда», чтение художественной литературы: «Мойдодыр», «Федорино горе» К. И. Чуковский, рассматривание плаката «Режим дня», просмотр мультфильма «Королева зубная щетка», рассматривание картинок с зимними видами спорта.

Словарная работа: витамины, здоровье, закаливание, гигиена.

Ход занятия

Воспитатель: Утром, по дороге в детский сад, я встретила свою соседку, Татьяну Петровну. Но что-то с ней сегодня не так. Какая-то она грустная, шея замотана шарфом, кашляет, чихает. Как вы думаете, что с ней случилось?

Дети: Она заболела.

Воспитатель: Действительно, наверное, Татьяна Петровна простудилась, она нездорова. Ребята, а вы знаете, что такое здоровье?
Ответы детей.

Здоровье – это когда ты весел, бодр и все у тебя получается, когда ничего не болит. Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять. Вы хотите узнать, как сохранить свое здоровье и как можно реже болеть.

Дети: да.

Воспитатель: Тогда я предлагаю вместе отправиться в путешествие в страну Здоровья. Для этого нам нужно пройти по волшебной дорожке здоровья (*выложена дорожка из массажных ковриков*)

Улица Витаминная.

Воспитатель: Ребята, вот мы с вами попали на улицу Правильного питания.

- Ребята, посмотрите на столе лежат продукты. Давайте подумаем и выберем те, которые полезны для нашего организма.

(Обсуждение)

Воспитатель: Витамин А – морковь. Важен для зрения и роста.

Витамин В - молоко. Важен для сердца.

Витамин С – лук. Защищает от простуды.

Воспитатель: На столе осталась конфета, это вредная или полезная еда? Почему?

Чтобы быть здоровым, необходимо правильно питаться. Надо знать, какие продукты можно есть, а какие для здоровья не приносят никакой пользы.

Давайте продолжим наше путешествие и отправимся дальше.

Улица Физкультурная.

Со спортом нужно подружиться
Всем тем, кто с ним еще не дружен.
Поможет вам он всем взбодриться,
Он для здоровья очень нужен!

Воспитатель: Вы занимаетесь физкультурой в детском саду?

(Мы делаем утреннюю гимнастику, играем в подвижные игры, ходим на физкультурные занятия).

Воспитатель: А еще мы устраиваем физ. минутки, давайте покажем какие.

Е. Железнова «Разминка» под музыку.

Воспитатель: Следующая улица, на которую мы с вами отправимся, это улица **Чистоты**.

Ребята, чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины и заниматься спортом. 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.)*

– А самое главное правило, нужно обязательно мыть руки с мылом после посещения общественных мест, после посещения туалета, перед каждым приемом пищи. Для чего это надо делать?

(Чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленными, чтобы смыть микробы).

Мыло бывает разное. *(На столе лежат разные виды мыла)*
Посмотрите, вот жидкое мыло, мыло ручной работы, детское мыло, мыло для взрослых, хозяйственное мыло для стирки. Вот сколько разновидностей мыла существует. Давайте поиграем с вами в игру «Умывалочка»

- | | |
|---------------------------------|---|
| – Мы намыливаем ручки | <i>Намыливаем руки.</i> |
| – Раз, два, три. Раз, два, три. | <i>Хлопаем в ладоши.</i> |
| – А над ручками, как тучки | <i>Руки вверх.</i> |
| – Пузыри, пузыри. | <i>Прыжки на двух
ногах, руки на поясе.</i> |

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие в страну Здоровья. Теперь вы знаете, что для того, чтобы быть здоровым нужно кушать здоровую пищу, заниматься физкультурой, чаще мыть руки с мылом. А Татьяне Петровне я обязательно расскажу обо всем, что мы сегодня узнали. И, надеюсь, что она больше болеть не будет.

Будьте здоровы!

Список литературы

сайт muzofon.com

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyj-obraz-zhizni/2013/11/28/moe-zdorove-moe-bogatstvo>

http://best4school.ucoz.ru/news/konspekt_vneklassnogo_zanjatija_po_matematike_2_klass/2014-07-15-214

Лазарев, М.Л. Здравствуй!: Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста.- М.: Академия здоровья, 1997.- 376 с.

Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников.- «Вако», Москва 2005.