

Конспект организованной образовательной деятельности в средней группе по формированию ЗОЖ «Страна здоровья»

Цель: формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

Образовательная задача: Закреплять знание детей с понятием здоровье, умение заботиться о своем здоровье.

Развивающая задача: Развивать потребность быть здоровым.

Воспитательная задача: Воспитывать интерес к физическим упражнениям и самомассажу.

Методы и приемы:

1. Словесный (вопросы к детям, уточнение, поощрение);
2. Наглядно-демонстрационный (картинки, мешочек с предметами личной гигиены);
3. Игровой (познавательная деятельность с оздоровительной направленностью: гимнастика, самомассаж, дидактические игры, загадки, показ презентации).

Словарная работа: здоровье, витамины, самомассаж.

Предварительная работа: соблюдение режимных моментов, беседа с детьми о витаминах, закрепление знаний об овощах и фруктах.

Дидактические игры: «Отгадай загадку», «Пирамида здоровья», «Чудесный мешочек»

Оборудование:

«Мешочек Мойдодыра» с предметами личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, зеркало, зубная паста, зубная щетка, полотенце) картинки с изображением зубов, муляжи фруктов и овощей, картинки о здоровом образе жизни, видеопроектор.

Ход занятия:

Дети входят в группу, подходят к воспитателю.

Воспитатель: Ребята, давайте с вами встанем в круг улыбнёмся и поздороваемся друг с другом. А теперь посмотрите, сколько гостей сегодня к нам пришло! Давайте с ними тоже поздороваемся и скажем: «Здравствуй! Мы рады вас видеть!». Я тоже рада видеть вас и наших гостей.

Приветствие «Зашагали ножки»

Ребята, в нашу группу пришло письмо. Хотите узнать от кого оно? Давайте прочитаем. Здесь написано:

Вдруг из маминой из спальни,

Ты чернее трубочиста,

Кривоногий и хромой,

Полубуйся на себя:

Выбегает умывальник

У тебя на шее вакса

И качает головой:

У тебя под носом клякса

«Ах ты, гадкий, ах ты, грязный,

У тебя такие руки

Неумытый поросёнок!

Что сбежали даже брюки

Даже брюки, даже брюки
Убежали от тебя.

Дети: Мойдодыр!

Воспитатель: Отправляемся в гости? Ребята, я предлагаю вам отправиться в «Страну здоровья», к Мойдодыру, на самолете.

Гимнастика: «Самолет».

Мы садимся в самолет, (Дети приседают)

Отправляемся в полет! («Заводят» самолет, встают.)

Мы летим над облаками. (Руки в стороны)

Машем папе, машем маме. (По очереди обеими руками)

Осторожнее: гора! (Наклоняются влево, вправо.)

Приземляться нам пора! (Приседают)

- Ребята, вы знаете, Мойдодыр очень хотел Вас увидеть. Но он не смог долго ждать, у него утром так много дел. Но он оставил вам вот этот мешочек.

Дидактическая игра «Чудесный мешочек»

Цель: развитие тактильных ощущений, развитие связной речи, использование в речи антонимов, развитие сообразительности.

Дети на ощупь определяют предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная щетка, зубная паста) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.

- Молодцы, ребята, все узнали предметы в волшебном мешочке.

- А теперь я хочу проверить вашу смекалку.

Дидактическая игра «Отгадай загадку»

Цель: развивать смекалку, сообразительность, закрепить знания о предметах личной гигиены.

- Я буду загадывать загадки, а вы мне находить ответ среди предметов, которые вы достали из чудесного мешочка.

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

(мыло)

2. Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит.

(зубная щетка)

3. Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка.

(полотенце)

4. Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, и медведей.

(расческа)

5. Я увидел свой портрет,

Отошел – портрета нет. (зеркало)

- Молодцы ребята, ловко вы отгадали мои загадки.
- А сейчас мы немножко разомнемся.

Физминутка «Веселая зарядка»

Солнце глянуло в кроватку,
Раз, два, три, четыре, пять.
Все мы делаем зарядку,
Надо нам присесть и встать.
Руки вытянуть пошире,
Раз, два, три, четыре, пять.
Наклониться – три, четыре,
И на месте поскакать.
На носок, потом на пятку,
Дружно делаем зарядку.

- Ой, ребята, посмотрите, что приготовил для нас Мойдодыр. Какой интересный рисунок.

- Что на нем нарисовано? (Зубы)

- Посмотрите, на этой картинке зубик белый, веселый.

А на другой – зубик темный, грустный.

- Как вы думаете, почему зубик грустный?

Правильно, белый зубик радуется, потому что его чистят, кормят здоровой пищей.

А темный зубик грустит от того, что о нем забыли. Его перестали чистить, едят много сладкого. От этого зубки и болеют.

Ребята, а вы хотите узнать какие продукты полезные, а какие вредные»

Презентация «Полезные и вредные продукты»

Просмотр презентации с различными продуктами (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. п.). Воспитатель объясняет, почему нельзя есть чипсы и прочую вредную еду, почему сладости нужно есть умеренно.

Игра: полезное и вредное.(в презентации)

Воспитатель: Посмотрите, что здесь лежит в вазе?

Дети: овощи и фрукты.

(Корзина с овощами и фруктами вперемешку).

Ой! что это за шум? Посмотрите детки в корзинку, здесь все овощи и фрукты перемешались. А я собиралась сейчас сварить борщ.

Ребята, помогите мне пожалуйста отобрать в одну корзину овощи, а в другую фрукты. (Дети выполняют работу).

Воспитатель: Спасибо детки правильно всё сделали и очень помогли, и теперь повара смогут сварить вкусный борщ.

Воспитатель: И не забывайте, ребята, что все фрукты и овощи перед едой нужно мыть!

Пальчиковая гимнастика:

Топ – топ, топ-топ, (идем пальчиками по кулачку)

Шел по яблоку микроб

Очень страшный, очень вредный,

Отвратительный микроб.

А мы яблоко помыли (моем руки)

И микроба победили (хлопаем)

Вот так! Вот так! (показываем «класс»)

Мы микроба победили!

Мы сегодня говорили с вами о пользе овощей и фруктов, богатых витаминами. Они помогают вам расти здоровыми, крепкими и сильными. Ребятки, а у меня для вас есть подарок (фрукты в корзине).

Здесь детки для вас сюрприз, когда вернёмся в детский сад, тогда и посмотрим, что же в нём.

Воспитатель: Ну, вот нам пора возвращаться в детский сад, заводим самолеты

Мы садимся в самолет, (Дети приседают)

Отправляемся в полет! («Заводят» самолет, встают.)

Мы летим над облаками. (Руки в стороны)

Машем папе, машем маме. (По очереди обеими руками)

Осторожнее: гора! (Наклоняются влево, вправо.)

Приземляться нам пора! (Приседают)

Ну вот, ребята, мы с вами и побывали в «Стране здоровья»

Что вас больше всего удивило? Что узнали? Что понравилось?

Ой, а про сюрприз мы забыли! (открываем салфетку – а там фрукты)

Воспитатель: Чтобы быть здоровым, крепким,

Вам совет даю нехитрый:

Уважайте вы продукты,

Ешьте овощи и фрукты.