

Конспект непосредственно – образовательной деятельности  
в средней группе (игровое)  
«ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ»

Задачи:

**Обучающие:** Формировать знания о составляющих **здорового образа жизни**.

Учить классифицировать полезные и вредные продукты. Познакомить с понятием «предметы личной гигиены»

**Воспитательные:** воспитывать желание заботиться о своём здоровье.

**Развивающие:** развивать слуховое внимание, мышление память.

Побуждать детей отвечать на вопросы. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.

*Методические приёмы:* игровая ситуация ,игра «полезные и вредные продукты», вопросы, загадки , игра «правильно — не правильно»

*Материал:*

Цветочная поляна (цветы с отрывными лепестками); декоративное дерево с зубными щетками, пастами, мылом, полотенцем, расческами; пособие «Солнышко» (гимнастика для глаз) ; спортивный инвентарь (обручи, деревянная дорожка) ; аудиозаписи пение птиц, детских песен.

Предварительная работа:

соблюдение режимных моментов; беседы с детьми о здоровье; занятия познавательного цикла (ЗОЖ, физической культурой и ознакомлением с окружающим; подвижных и коммуникативных игр; разучивание дыхательных упражнений ).

Содержание

Дети входят в зал под «Песню друзей» из м/ф «Бременские музыканты», встают в круг.

Ⓢ Вводная часть

Воспитатель:

Ребята, что такое «здравствуй!» Лучшее из слов ,потому что здравствуй — значит будь здоров! давайте мы поздороваемся, а значит, пожелаем друг другу здоровья и хорошего настроения.

Упражнение «Здравствуй»

Дети врассыпную ходят по залу, на остановку музыки находят себе пару.

Здравствуй, здравствуй милый друг (здороваются за руку),

Посмотри- ка ты вокруг (разводят руки в стороны),

Здравствуй, здравствуй, улыбнись (здороваются и улыбаются),

И друг другу поклонись (делают поклон).

Воспитатель: А что же такое быть здоровым ? Вы хотите узнать?

Я сегодня приглашаю вас в путешествие, в котором нам предстоит выполнить различные задания , а поможет нам в этом волшебный цветок. Это не простой цветок ,а волшебный - «цветок здоровья»

Лепестки здесь непростые, а волшебные такие.

На каждом лепестке есть своё правило: «Как быть здоровым человеком»

Воспитатель: Ну что сорвём первый лепесток — КРАСНЫЙ(на обратной стороне смайлики — грустный и весёлый)

Ребята как вы думаете что это означает?

(настроение)

⑩ Основная часть

Воспитатель:

Ребята, что это на нашем пути? (Цветочная поляна)

На ней растут необычные цветы. Подойдите к цветам и сорвите цветок того цвета, который совпадает с вашим настроением. (дети срывают на поляне цветы)

Воспитатель: Молодцы! Я рада, что вы все сорвали яркие цветы, значит у вас хорошее здоровье и прекрасное настроение. А теперь поделитесь своим хорошим настроением с нашими гостями.(дети дарят цветы гостям)

Пойдем дальше, ребята.

Следующий лепесток ОРАНЖЕВЫЙ (правила личной гигиены). Нам нужно пройти по каменной дорожке. Осторожно, не оступитесь – внизу глубокий овраг! (*Дети идут по ребристой дорожке, которая лежит на полу*).

- Смотрите, какие необычные деревья растут у нас на пути. (На деревьях висят зубные щетки, пасты, расчески).

- Все знают для чего нужны эти предметы?

Дети: Чтобы быть чистыми, опрятными и здоровыми.

Воспитатель предлагает подойти к деревьям и рассмотреть их, спрашивает детей какие правила гигиены правила гигиены они знают :

- Каждое утро умывайся, а вечером принимай ванну или душ.

- Зубы чисть утром и вечером.

- Следи за чистотой ногтей.

-Уши мой каждый день.

- Следи за чистотой носа.

- Обязательно мой руки, перед едой.

Воспитатель: Я загадаю вам загадки, а вы постарайтесь найти отгадки на дереве!

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

Резинка – Акулинка

Пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала.

Вафельное и полосатое,

Гладкое и лохматое,

Всегда под рукою –  
Что это такое?

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С зубной пастой дружит,  
Нам усердно служит.

Зубов много,  
А ничего не ест.

Ребята посмотрите у нас остался ещё один предмет .Давайте посмотрим что это? Как вы думаете этот предмет относится к предметам личной гигиены?  
Ответы детей.

Знайте, предметы гигиены должны быть у каждого свои!

Воспитатель: Срываем ЖЁЛТЫЙ лепесток. (питание).Пробираемся змейкой между обручами по дорожке (Ходьба на носках, «змейкой»).Находим коробку с моделями продуктов.

Игра «Полезные и вредные продукты»

Воспитатель:- Давайте посмотрим что там .Сейчас нам нужно выложить на одном мольберте полезные продукты , а вредные для здоровья на другом.(Дети раскладывают продукты)

А теперь поиграем в игру «Правильно — не правильно»

Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок.(правильно)

Если хочешь стройным быть надо сладкое любить

Жуй конфеты ,жуй ирис строен стань как кипарис.(не правильно)

Если хочешь быть здоров — правильно питайся,

ешь побольше витаминов,с болезнями не знайся. (правильно)

Наша Люба булки ела и ужасно растолстела

Хочет в гости к нам придти , да в дверь не может проползти.(не правильно)

Воспитатель:-Значит для здоровья нам нужны витамины и здоровое питание

Воспитатель:-Срываем СИНИЙ лепесток.(подвижная игра)

А впереди у нас ручей – и перейти его нам понадобится много сил .Предлагаю нам сделать разминку.

Физкультминутка:

Мы делаем зарядку — то вприскок ,то вприсядку

Все мы плечи поднимаем, все мы плечи опускаем

Сделаем руками взмах, вправо мах и влево мах

Вот присели , вот мы встали, а теперь наклон

Всем спортсменам шлём поклон.

Стройными красивыми все хотим мы стать

Добрыми и сильными чтобы мир обнять

Воспитатель:

А теперь преодолеваем ручей — (прыжки с продвижением вперёд)

Воспитатель: срываем ЗЕЛЁНЫЙ лепесток.(прогулки на свежем воздухе)

*Звучит фонограмма пения птиц.*

Мы с вами попали в лес.

Воспитатель: Вы слышите, Сразу повеяло свежим чистым воздухом. Давайте понюхаем этот воздух (*дыхательное упражнение*).

Будем делать дыхательную гимнастику, чтобы восстановить наше дыхание.

Носиком дышу свободно

Тише ,громче как угодно

Без дыханья - жизни нет

Без дыханья — меркнет свет

Дышат птицы и цветы

Дышат он и я и ты!

Воспитатель: Молодцы ,для здоровья нам нужны свежий воздух и ежедневные прогулки

❶ **Заключительная часть:**

Вот мы и дома. Как вы думаете, что помогло нам пройти такой сложный путь по дороге здоровья? (Занятия физкультурой, спортом, витамины). А что же еще нам помогло пройти по дороге здоровья? Да, ребята, то что мы были вместе. А если рядом с тобой твои друзья – ничего не страшно! (Дети под песню «Если с другом вышел в путь... » выходят из зала)