*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Капелька» г. Суража Брянской области*

Конспект НОД в средней группе

с использованием ИКТ и здоровьезберегающих технологий

Воспитатель:

Курбан С.В.

**Задачи:** продолжить формировать у детей представления об эмоциональном и физическом комфорте; продолжать формировать у детей осознанный подход к питанию; закрепить знания о витаминах; закрепить знания о культурно-гигиенических навыках; развивать осознанное представление о правилах безопасного поведения, что является залогом сохранения здоровья.

**Интеграция образовательных областей:**  «Физическая культура», «Речевое развитие» , «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие» , «Познавательное развитие».

**Цель деятельности педагога:** формировать у детей понимание ценности здоровья.

**Планируемые результаты развития интегративных качеств дошкольника:** проявляет интерес к выполнению игровых физических упражнений, эмоционально-заинтересованно следит за развитием действия в игре-драматизации (встреча с Буратино, беседа с ним), участвует в разговоре, отвечает на вопросы, активен при создании индивидуальной композиции «Фрукты».

*Материалы и оборудование:*презентация в виде слайд-шоу (изображения – морковь, рыба, яйца, сладкий перец, мясо, молоко, орехи, хлеб, куриц, горох, апельсин, лимон, капуста, лук, редис, смородина ,солнце, рыбий жир, витамины-A,B,C.D),кукла Катя, корзина, платок, продукты-сок, варенье, овощи и фрукты, бумага, карандаши, фломастеры.

**Содержание организованной деятельности детей.**

**1.Организационный момент.**

Воспитатель. Ребята, у нас сегодня гости! Подойдите, поздоровайтесь с душой и сердцем.

-Добрый день!

-Здравствуйте!

Уважаемые наши гости, я, Светлана Васильевна, и мои ребята рады видеть вас в нашей группе,

мы всегда рады гостям.

А знаете, ребята, вы ведь не просто поздоровались, вы сказали: « Здравствуйте!», а это значит - здоровья желаем.

**-Здравствуйте! -ты скажешь человеку.**

**-Здравствуй! – улыбнется он в ответ.**

**И, наверно, не пойдет в аптеку**

**И здоровым будет много лет.**

Воспитатель. Ребята, давайте встанем в круг и возьмем за руки друг друга.

**Мы стоим рука в руке,**

**Вместе мы большая сила**

**Можем маленькими быть,** ( дети приседают)

**Можем мы большими быть,**(встают поднимая руки вверх)

**Но никто один не будет.**

Воспитатель. И действительно вы некогда не бываете одни. Вокруг вас всегда близкие люди

–ваши родственники, ваша семья. Когда они рядом вы чувствуете себя защищёнными-вам **комфортно**. Это значит уютно.

***Запомните - любовь ваших родных к вам и ваши добрые чувства к ним помогают сохранить и вашездоровье и здоровье родных вам людей.***

*Воспитатель предлагает детям сесть на стулья.*

**2. Беседа-рассуждение «Здоровье».**

Воспитатель. Ребята, какого человека вы считаете здоровым? (ответы детей)

Вы умеете беречь свое здоровье? Что вы делаете, чтобы сохранить своё здоровье?

Воспитатель подсказывает- показывает дидактические карточки(«Азбука здоровья»).

Воспитатель. Молодцы! А ещё, чтобы быть здоровым, нужно кушать продукты богатые витаминами. Витамины попадают в наш организм также в виде драже(слайд№1).

Воспитатель. Это витамины, которые продают где? (ответы детей) Правильно, в аптеке.

Скажите, как нужно принимать витамины? (ответы детей)

Витамины это не конфеты и принимать их нужно в определенное время и в определенном количестве.

Какие витамины вы знаете?

Витамин А(слайд№2)- морковь, рыба, яйца, сладкий перец(слайд № 3,4,5,6).

Витамин В(слайд7)- мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (слайд№8.9,10,11,12,13).

Витамин С(слайд№14)- апельсин, лимон, капуста, лук, редис, смородина (слайд№15,16,17,18,19,20).

ВитаминD(слайд№21)-солнце, рыбий жир(слад№22,23).

***Мы запомним навсегда - для здоровья нам нужна витаминная еда!***

Воспитатель. Когда вы делаете зарядку, занимаетесь физкультурой, кушаете полезные продукты – вы растете сильными и ловкими. Вы чувствуете себя бодрыми, вам хорошо, а значит -***комфортно***.

**3. Игра «Раз, два, три, четыре, пять».**

Воспитатель. Давайте проверим так ли это, поиграем в игру .

Дети сидят на стульях

**Раз, два, три, четыре, пят,** («шагают» сидя на стуле)

**Вышли ручки погулять**(поднимают руки вверх, машут, опускают на колени )

**Хлоп! Ладошками взмахнут**, (хлопок)

**На коленях отдохнуть**.(опускают руки на колени )

**Раз, два, три, четыре, пять,**

**Любят ручки поиграть.** (поднимают руки до уровня плеч и делают движение кистями-

«фонарики»)

**К щечкам руки поднесем,**

**Пальцы в рот мы не берем!** (делают движение головой - влево, вправо )

**Раз, два, три, четыре, пять,** (дети встают и шагают друг за другом по кругу перед стульями)

**Продолжаем мы играть**.(остановились)

**Уши пальцами найдем**, (закрывают уши ладонями)

**Брови мы теперь найдем.** (проводят пальцами по бровям)

**Раз, два, три, четыре, пять,** (шагают по кругу, друг за другом)

**Можем долго мы играть.** (остановились)

**От носочков вверх идем,** (наклон с движением рук вверх по телу)

**Себя за нос ущипнем.**

**Раз, два, три, четыре, пять,** (шагают)

**Заиграли мы опять.** (остановились, движение - «фонарики»)

**Хлоп – хлоп! Ручками взмахнем,**

**Заниматься мы пойдем**.

*Дети садятся на стулья.*

Воспитатель. Ну, что? Как вы себя чувствуете? (ответы детей)

***Помните, что физические упражнения, подвижные игры делают нас сильными и помогают***

***сохранить наше здоровье.***

**4. Гигиена. Игра-драматизация «Встреча с Катей».**

Воспитатель. Ребята, посмотрите в корзине много полезных продуктов.( воспитатель достает продукты и раскладывает их на столе) Мне кажется, что в ней кто-то спрятался.

*Воспитатель поднимает платок и из корзины появляется Катя.*

Катя. Привет мальчишки и девчонки!

*Дети здороваются с Катей.*

Катя Доброго всем здоровья!

Воспитатель. И тебе, Катя, доброго здоровья.

Катя. Сколько всего вкусненького. Я очень проголодалась.

Катя *начинает хватать все со стола.*

Воспитатель*.* Ребята , Катя совсем забыл о хороших манерах и еще кое о чем. Что забыл сделать Катя.

(ответы детей)

Ребенок.

**Не забудь простой науки:**

**Сел обедать -вымой руки.**

**Поиграл с котенком милым-**

**Тут же вымой руки мылом.**

Воспитатель. Катя не дождалась приглашения сесть за стол. Забыла она и о правилах гигиены.

Ребенок.

**Прежде чем за стол садиться**

**Руки вымой ты водицей.**

**Не забудь про мыло**

**И всегда будь милым.**

Воспитатель. А еще есть хорошая поговорка: ***« Поспешишь – людей насмешишь».***Ребята, что еще может произойти если есть быстро, торопиться. (ответы детей)

Воспитатель. Правильно, можно подавиться, а это опасно для здоровья. Присаживайся Катя, не торопись и послушай, о чем мы будем говорить с ребятами.

**5. Чтение стихотворения И.Токмаковой « Мой мишка».**(слайд№24,25,26).

Ребенок.

**Читают дети и воспитатель.**

**Мы по узенькой дощечке**

**Побежим купаться к речке,**

**Будем плавать, загорать,**

**Наши трусики стирать.**

Ребенок.

**Мишка топал, баловался,**

**Легкий мостик зашатался,**

**По воде идут круги…**

**Шарик, Шарик, помоги!**

Ребенок.

**Мишка мокрый, будто губка,**

**Сохнет плюшевая шубка.**

**Шарик убежал вперед…**

**Нам от мамы попадет!**

Воспитатель. Ребята, за что же попадет героям этого стихотворения? Почему мама будет их ругать? (ответы детей)

Воспитатель. Катя, а ты как думаешь?

Катя Я знаю. Они не соблюдали правила безопасности - ушли без взрослых, баловались на мосту и около воды.

Воспитатель.

***Дружок! Запомни обязательно:***

***Что в жизни нужно быть внимательным.***

***Постой! Подумай! Посмотри!***

***Потом ты смело в путь иди.***

Воспитатель. Правильно! Свой организм надо защищать и беречь. Соблюдать много правил,иначе беды не миновать.

***Чтоб здоровым быть всегда***

***Нужно над собой трудиться.***

***Правил много знать.***

***Всегда соблюдать их,***

***Не лениться.***

Воспитатель. Надеюсь и вы ребята и Катя запомнили, что для того чтобы быть здоровыми нужно быть вежливыми со всем. Нужно любить своих близких. Кушать полезную еду и соблюдать правила безопасности.

***Нужно беречь свое здоровье!***

**6. Рисование «Полезные продукты – овощи и фрукты».**

Ребята, давайте нарисуем для Катя, полезные продукты-овощи и фрукты.

Воспитатель оказывает детям необходимую помощь.

**7. Рефлексия.**

Дети показывают свои рисунки Катя и гостям.

Воспитатель. Так что же значит быть здоровым?