**Конспект занятия по формированию здорового образа жизни в первой младшей группе.**

**Подготовила и провела:** воспитатель Аглушевич Н.Н.

**Дата проведения:** 12 апреля 2013г.

**Тема:** « Фрукты – полезные продукты»

**Цель:** формирование элементарных понятий о здоровом образе жизни у дошкольников.

**Задачи:**

1)Расширять понятие о витаминах. Познакомить с полезными свойствами фруктов.

2)Развивать у детей речевую активность, желание поддерживать диалог.

3)Закреплять знание цветов.

4)Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Ход занятия.**

Воспитатель: Здравствуйте, ребята, я сейчас шла к вам и увидела, что кто-то оставил мешочек возле двери, давайте посмотрим, что же в нем?

Дети: Давайте.

Воспитатель открывает мешочек и показывает фрукты.

Воспитатель: Что это? Правильно, яблоко. А какой они формы?

Дети: Круглые.

Воспитатель: А на ощупь яблоко какое?

Ответы детей. ( Твердое, гладкое).

Воспитатель: Как мы хрустим яблочком, когда его кушаем. Верно, оно хрустит «хрум-хрум». Давайте, вместе похрустим.

Воспитатель: А это что? Конечно, это банан. А какого цвета его кожура? А его плод? Правильно белый. А на ощупь банан какой?

Ответы детей. (Мягкий, гладкий)

Воспитатель: Ну а это что за фрукт? Апельсин, а какой он формы, какого цвета? А какой апельсин на ощупь?

Ответы детей.

**Пальчиковая игра « Апельсин».**

Мы делили апельсин.

Много нас, а он один. (Дети сжимают и разжимают пальцы обеих рук в кулаки)

Эта долька для ежа, эта долька для стрижа, эта долька для утят, эта долька для котят, эта долька для бобра.

(по очереди загибают пальцы, начиная с большого)

А для волка кожура (сжимают пальцы обеих рук в кулаки)

Он сердит на нас – беда; разбегайтесь – кто куда (резко разжимают пальцы).

Воспитатель: Ребята, а как вы считаете, фрукты полезны?

Дети: Да.

Воспитатель: А чем они полезны?

(Предположения детей)

Воспитатель: Конечно же, фрукты содержат много полезных витамин. Витамины, которые содержат фрукты, укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями, а когда он здоровый и крепкий, то ни какие микробы ему не страшны.

А перед тем, как съесть фрукт, его надо мыть? Почему?

Ответы детей.

Воспитатель: Ой, а кто это к нам стучится? Так это же, зайчик! (Входит зайчик, или воспитатель вносит игрушку)

Воспитатель: А почему зайчик такой грустный?

Зайчик: Я потерял мешочек с фруктами, который нес своим зайчатам! Они теперь расстроятся, и никогда не узнают, чем я хотел угостить своих маленьких зайчиков, и чем они полезны!

Воспитатель: Не плачь, зайчик, твой мешочек с фруктами у нас, и мы с ребятами тебе расскажем, как называются фрукты, правда, ребята?

Воспитатель спрашивает у детей, как называются фрукты, зайчик радуется.

**Физминутка.** «Зайчик серенький сидит».

Воспитатель: Молодцы, ребята и зайчику помогли, и потанцевали с ним, а теперь я хочу поиграть с вами.

**Дидактическая игра:** « Узнай на вкус».

Воспитатель: Ребята, о чем мы с вами сегодня говорили?

Дети: О фруктах.

Воспитатель: А что в них находится?

Дети: Витамины.

Воспитатель: А для чего нам нужны витамины?

Дети: Чтобы не болеть, быть здоровыми, крепкими и красивыми.

Воспитатель: Вот какие, вы молодцы, ну а теперь попрощаемся с зайчиком, а то его зайчата заждались, и напомним, что фрукты надо мыть перед едой!

Прощаются с зайчиком.