**Конспект открытого занятия по теме «Если хочешь быть здоров»**

**Цель**: Обобщить и систематизировать знания детей о культурно-гигиенических навыках, правилах питания, их влиянии на здоровье человека.

Познакомить детей с гриппом - вирусным заболеванием, дать знания о лечении и профилактике гриппа.

Формировать у детей привычку к здоровому образу жизни. Расширять представления о том, что полезно и вредно для организма.

Материал: презентация, мяч, сюжетные карточки для д/и «Вредно-полезно».

**Ход НОД:**

1.Организационный момент. Игра «Теплые ладошки».

-Ребята, покажите мне свои ладошки. Потрите их друг об друга, что вы чувствуете? (тепло)

-Это тепло ваших рук, подарите его друзьям! (взявшись за руки):

Собрались все дети в круг,

Я твой друг и ты мой друг,

Крепче за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся!

-Ребята, у нас сегодня много гостей. Давайте поздороваемся с ними. А знаете, вы не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали «здравствуйте». А как по-другому можно поздороваться? («доброе утро», «рады вас видеть», «мы вас приветствуем»..)

Утро наступает, солнышко встречает

Друг на друга посмотрели

И на стульчики присели.

2. Я вижу, что вы все веселы, а значит здоровы. Ребята, задумывались ли вы о том, что у нашего здоровья немало добрых верных друзей, которые помогают нам быть здоровыми .

1. В овощах и фруктах есть

Детям нужно много есть.

Есть еще таблетки,

Вкусом как конфетки.

Принимают для здоровья

Их холодною порою.

Для Сашули, Ангелины..

Что полезно? (витамины)

2. Мальчик Гоша с утра бодр,

Ему не хочется в кроватку.

Чтобы здоровым быть всегда

С утра он делает.. ( зарядку)

3. Гладко, душисто,

Моет все чисто.

Нужно, чтоб у каждого

Непременно было

Для рук и для тела –

Душистое.. (мыло)

4.Всех лохматых расчесать,

Кудри в косы заплетать

5. Перед сном и после сна

Гигиена всем нужна!

Промыв глазки, ушки, губы,

Очень важно чистить зубы,

Всех микробов, точно плеткой,

Выгонит.. (зубная щетка)

3. Но ведь на здоровье влияют и другие факторы, в частности наша среда, т. е. то, что нас окружает. Давайте поиграем в игру « Вредно – полезно» .

На красное поле мы будем ставить факторы, которые вредны для здоровья,а на синее- то, что полезно.

-Почему ты поставил «дым» на красное?

-А почему фрукты на синее?..и т. д.

4. -А кто заботится о вашем здоровье дома? (мама, папа, бабушка..)

-Как они это делают? (папа водит на танцы, бабушка готовит полезную пищу, мама лечит и т. д.)

- А кто заботится о нашем здоровье в д/с? ( няня моем пол, повара готовят, воспитатели занимаются физ - рой, медсестра лечит..)

-А помните мы с вами ходили на прививки в медицинский кабинет, и видели у нашей медсестры много мед. инструментов. Давайте расскажем для чего они нужны.

Игра « Чудесный мешочек» (под музыку)

5.-А почему взрослые и дети обращаются к врачу?

-Какие болезни вы знаете?

Есть такое серьезное заболевание – грипп, и я вам немного о нем расскажу.

Презентация.

6.А что нужно делать, чтобы предотвратить появление гриппа? (делать прививки)

# И вот сейчас что такое прививка нам расскажет Юля Вашецкая.( Стих-е «Прививка»)

#  ПРИВИВКА

Совсем не боятся прививки
Ни взрослые, ни малыши.
От гриппа, от кори, от свинки
Себя защитить поспеши.

Укольчик ты сделаешь быстро –
К тебе не придут никогда
Краснуха и оспа. Прививка
На страже здоровья всегда.

И страшных болезней тяжёлых
Всё меньше теперь на Земле.
Пусть много детишек здоровых
Рождается в каждой стране.

7.А еще о прививках знают наши мамы, давайте посмотрим что они думают об этом (видеосюжет – интервью)

- А кто из вас делал прививки?

- Да, ребята, прививки важны, ведь вместе с ней мы получаем иммунитет от болезней и поэтому не болеем.

8.Итог. Давайте с вами вспомним, что нужно делать, чтобы быть здоровым (презентация) -закаляться, одеваться по погоде, кушать овощи- фрукты, мыть руки с мылом, делать прививки..

И еще чтобы быть здоровым, надо иметь хорошее настроение, давайте подарим его нашим гостям. (Дарят воздушные шары всем гостям)