Конспект

непосредственно образовательной деятельности

по формированию здорового образа жизни

**«Советы для Петрушки»**

в средней группе

Ланкина Надежда Николаевна,

Муниципальное бюджетное дошкольное

образовательное учреждение «Детский сад

комбинированного вида №171»,

воспитатель, МБДОУ «Детский сад №171»

**Цель:** Формирование у детей привычек здорового образа жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* Формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.
* Учить беречь свое здоровье и заботиться о нем.

**Развивающие:**

* Расширить представления детей о важности и необходимости соблюдения режима дня.
* Расширять знания о питании и его значимости.
* Развивать мышление, воображение, память, связную речь посредством бесед.

**Воспитательные:**

* Продолжать прививать культурно-гигиенические навыки.
* Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, умение заботиться о

своем здоровье, сочувствие к своим ближним.

**Предварительная работа:**

Беседы о ЗОЖ, дидактические игры «Малыши-крепыши», «Группировка предметов», чтение детям художественной литературы К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», А. Барто «Девочка Чумазая», Е. Кан «Наша зарядка», Р. Корман «Микробы и мыло», стихи и загадки о здоровом образе жизни, разучивание физминутки и гимнастики для глаз.

**Оборудование:** Телеграмма, влажные салфетки, мультимедийная установка, презентация.

**Место проведения:** 22 января 2013 г., МБДОУ «Детский сад №171», средняя группа**.**

**Методика проведения:** проводится в форменепосредственно образовательной деятельности с учетом принципа интеграции образовательных областей «Здоровье», «Познание», «Социализация», «Физическая культура», «Безопасность» с использованием наглядных, словесных, игровых методов, сюрпризного момента и создания проблемных ситуаций.

**Ход**:

**Организационный этап**

**Воспитатель:** Ребята, каждое утро мы говорим друг другу: « Доброе утро», чтобы у нас весь день был добрым, чтобы настроение у нас было хорошее. Давайте скажем эти утренние волшебные слова еще раз. *Дети говорят «Доброе утро».* *(слайд 1)*

А теперь станем в кружок.

Раз ладошка, два ладошка.

Подружи со мной немножко**.**

Мы ребята дружные,

Дружные,  послушные.

**Воспитатель:** А сейчас давайте присядем. Ребята, сегодня утром я получила телеграмму. В телеграмме говорится, что к нам едет гость. А что это за гость вы узнаете после того, как отгадаете загадку.

Лечит маленьких детей,  
Лечит птичек и зверей,  
Сквозь очки свои глядит  
Добрый доктор ....Доктор Айболит.

**Воспитатель:** Правильно – доктор Айболит.

*Стук в дверь, в зал входит доктор Айболит.*

**Доктор Айболит:** Здравствуйте, ребята! Я спешил в ваш детский сад по приглашению моего старого друга Петрушки. Но, где же он? Петрушка *(зовет)*

*Появляется грустный Петрушка (зевает).*

**Воспитатель:** Что с тобой Петрушка? Почему ты такой грустный?

**Петрушка:** Я вчера лег поздно спать, не выспался.

**Доктор Айболит:** Спать нужно ложиться вовремя, соблюдать режим. Ребята, расскажите Петрушке, что происходит, когда мы спим.

**Дети:** Мы растем, отдыхают наши руки, ноги, глаза.

**Доктор Айболит:** Следует, ребята, знать,

Нужно всем подольше спать,

Ну а утром не лениться –

На зарядку становиться!

**Воспитатель:** Петрушка, а ты зарядку делаешь по утрам?

**Петрушка:** Я не умею делать зарядку.

**Доктор Айболит**: А вы, ребята, делаете зарядку?

**Дети:** Делаем

**Воспитатель:** Давайте научим Петрушку делать зарядку.

**Физминутка: «На лесной полянке…»**

На лесной полянке,

Звери делают зарядку.

Заяц головой вращает-

Мышцы шеи разминает.

Делает старательно каждое движенье,

Очень ему нравится это упражненье.

Полосатенький енот

Изображает вертолёт:

Лапками машет назад и вперед,

Словно собрался в далёкий полёт.

Серый волк немного сонный,

Выполняет он наклоны:

"Ты, волчишка, не ленись!

Вправо, влево наклонись,

А потом вперёд, назад,

Получишь бодрости заряд!

Медвежонок приседает,

От пола пятки не отрывает,

Спинку держит прямо-прямо!

Так учила его мама.

Ну а белки, словно мячики,

Дружно прыгают и скачут!

**Доктор Айболит**: Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

**Петрушка:** Спасибо ребята, я научился. Каждое утро буду делать зарядку.

**Воспитатель:** Как говорит пословица: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке».

**Доктор Айболит:** Петрушка, а почему ты такой чумазый, ты не умывался?

**Петрушка:** А зачем умываться, мне и так хорошо.

**Воспитатель:** Ребята объясните Петрушке, зачем нужно умываться?

**Дети:** Чтобы быть чистым, опрятным, быть закаленным, смыть микробы.

**Петрушка:** А кто такие микробы, я их боюсь

**Воспитатель:** Микробы есть в воздухе, в грязной воде, на нашем теле.

Скажите ребята, вы знаете, как микробы попадают в наш организм?

**Дети:** (при чихании, кашле, если не мыть руки перед едой и после туалета, вернувшись с улицы. Есть немытые овощи и фрукты.)

**Петрушка:** Дайте мне скорей умыться, я боюсь микробов.

*(Воспитатель умывает Петрушку влажной салфеткой)*

**Доктор Айболит:** Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

**Воспитатель:** Ребята скажите, а здоровые дети какие? (всегда веселые, чистые, бодрые, сильные). Будем учить Петрушку быть здоровым.

**Доктор Айболит:** Ребята, а я приготовил для вас загадки, когда отгадаете загадку правильно, то на экране появится отгадки и мы покажем Петрушке предметы, помогающие нам быть здоровыми.

Чтоб грязнулею не быть,

Следует со мной дружить,

Пенное, душистое,

Руки будут чистыми. (Мыло) *(слайд 2)*

Костяная спинка,

Жестяная щетинка,

С мятной пастой дружит, нам усердно служит.

(Зубная щетка) *(слайд 3)*

Оказались на макушке

Два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску,

Надо что иметь? (Расческа). *(слайд 4)*

Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое? (полотенце). *(слайд 5)*

Если руки наши в ваксе,

Если на нос сели кляксы,

Кто тогда нам первый друг,

Снимет грязь с лица и рук?

Без чего не может мама

Ни готовить, ни стирать,

Без чего, мы скажем прямо,

Человеку умирать?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли -

Жить нельзя нам без ...(Вода) *(слайд 6)*

*На слайде помещены изображения мыла, зубной щетки, расчески, полотенца и воды*.

**Доктор Айболит:** Посмотри, Петрушка, сколько у нас помощников нашего здоровья. Я надеюсь, что ты будешь использовать их каждый день! А сейчас ребята нам нужно сделать гимнастику для наших глаз. Они у нас устали, потому что мы долго смотрели на экран. *(слайд 7)*

«Лучик солнца»

Лучик, лучик озорной,

Поиграй-ка ты со мной.

Ну-ка лучик, повернись,

На глаза мне покажись.

Взгляд я влево отведу,

Лучик солнца я найду.

Теперь вправо посмотрю,

Снова лучик я найду. (*Моргают глазками, Делают круговые движения глазами. Отводят взгляд влево. Отводят взгляд вправо.)*

*(Петрушка держится за щеку).*

**Воспитатель:** Что у тебя Петрушка опять болит?

**Петрушка:** Зубы болят.

**Воспитатель:** Доктор Айболит, ты можешь посмотреть, почему у Петрушки болят зубы?

*Доктор Айболит осматривает Петрушку.*

**Доктор Айболит**: Не ухаживаете за зубами, поэтому и болят зубы. Ребята, как вы думаете, что нужно делать чтоб зубы не болели?.

**Дети:** Нельзя есть сладкого, нужно утром и вечером чистить зубы, полоскать рот после еды.

**Доктор Айболит**: Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

**Воспитатель:** Давайте посмотрим какие продукты вредные для наших зубов. *(слайд 8)*

*На слайде появляется изображение сладостей и восклицательный знак красного цвета*

**Петрушка:** Это, конфеты и мармелад и шоколад, я их люблю.

**Воспитатель:** Петрушка конфеты, мармелад и шоколад нужно есть в небольшом количестве. Если их употреблять постоянно, то они вредят зубам. Надо обязательно есть овощи и фрукты, *(слайд 9)* в них есть такие волшебные вещества, которые помогут вам быть здоровыми.

**Воспитатель:** Ребята, вы знаете, что за волшебные вещества спрятаны в овощах и фруктах, расскажите Петрушке о них.

**Дети:** Это витамины, они полезны для роста, чтобы были крепкие зубы, красивые волосы, хорошее зрение, здоровая кожа.

**Доктор Айболит**: Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты –

Вот полезная еда,

Витаминами полна.

**Игра «Хлопайте в ладоши».**

(Воспитатель называет полезный продукт - дети хлопают в ладоши, если не полезный- молчат).

**Петрушка:** Ничего в них особенного нет, лучше конфеты, шоколад, мороженое.

**Воспитатель:** Ребята, если есть много сладкого, что случится?

**Дети:** Зубы будут болеть и выпадать.

**Воспитатель:** Что еще помогает нам стать здоровыми? *(слайд 10)*

**Дети:** Занятия физкультурой, подвижные игры, гуляние на свежем воздухе, солнечные лучи, катание на санках, коньках.

**Доктор Айболит**: На прогулку выходи

Свежим воздухом дыши

Только помни при уходе

Одевайся по погоде!

**Воспитатель:** Ребята, вы играть любите? Вы знаете игру «Море волнуется?.

Давайте научим Петрушку играть.

**Игра: «Море волнуется»**

*(Дети изображают здоровую, красивую, стройную фигуру, затем больную, некрасивую).*

**Петрушка:** Какая интересная игра!

**Воспитатель:** Молодцы ребята, помогли Петрушке. Давайте вспомним, чему мы сегодня его научили *(научили делать зарядку, рассказали о правилах гигиены, о полезных и вредных продуктах, как беречь свое здоровье…).*

**Доктор Айболит:** Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить,

Научись его ценить!

**Доктор Айболит:** Ну а мне пора спешить в Африку и лечить больных зверей. Я надеюсь, что ты Петрушка запомнишь наши советы и будешь здоровым.

**Петрушка:** Спасибо тебе Доктор Айболит и вам ребята - спасибо, я столько интересного узнал. До свидания!

**Дети и воспитатель**: До свидания!

**Анализ результатов и выводы:**

В ходе организованной непосредственно-образовательной деятельности поставленные задачи (образовательные, развивающие, воспитательные) взаимосвязаны между собой, решаются в единстве.

При планировании мероприятия были учтены возрастные особенности детей.

Дети воспринимали мою речь, отвечали на вопросы, которые не вызывали у детей затруднений, так как материал подобран в соответствии с возрастом.

Содержание мероприятия построено с учетом интеграции образовательных областей «Здоровье», «Познание», «Социализация», «Физическая культура», «Безопасность»; используются разнообразные методы: наглядные, словесные, игровые. Использовались сюрпризный момент (появление сказочных персонажей доктора Айболита и Петрушки) и проблемные ситуации.

В начале мероприятия проведено релаксационное упражнение, которое позволило организовать детей. Появление персонажей доктора Айболита и Петрушки заинтересовало детей. Была поставлена проблемная ситуация: «Петрушка не выспался», «Петрушка не умывался», «У Петрушки болят зубы».

Во время бесед и игровой деятельности дети закрепили знания о режиме дня, соблюдении правил личной гигиены, полезных продуктах питания. Чтобы удержать внимание детей, заинтересованность, сосредоточенность используются разнообразные виды детской деятельности (коммуникативная**,** познавательная**,**  игровая**, д**вигательная).

В ходе проведения мероприятия применялись здоровье сберегающие технологии: были проведены физминутка и гимнастика для глаз. Использование мультимедийной презентации позволило разнообразить беседы, активизировать внимание детей.

На протяжении всего мероприятия дети были заинтересованы, не устали, развивались такие психологические процессы: память, внимание, логическое мышление.

Таким образом, можно сказать, что поставленные цели и задачи мероприятия были реализованы благодаря использованию разнообразных методов работы и организации разнообразных видов детской деятельности.

**Используемая литература:**

1. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие.

2. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов. Сост. Н.В. Елкина

3. Ткаченко Т.А. Физкультминутки для развития пальцевой моторики у дошкольников

с нарушениями речи. Сборник упражнений. Пособие для воспитателей, логопедов и

родителей.

4. Журналы «Воспитатель ДОУ», 2007г.- №5, 2008г.- №4.

5. Интернет-ресурсы.