Совместная непосредственно образовательная деятельность.

Средняя группа.

Тема: **«**Путешествие в царство Королевы Простуды**»**

**Цель:** Формирование привычки у детей к здоровому образу жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формировать представление о здоровье, как одной из основных ценностей;

-закрепить знания о правилах личной гигиены;

**Развивающие**:

- развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма (я попил холодного молока и у меня начался насморк);

**Воспитательные**:

- воспитывать понятие о здоровом образе жизни, умение сопереживать и помочь ближнему.

**Интеграция образовательных областей:**

Познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, физическое развитие.

**Материал к непосредственно-образовательной деятельности:**

1. Набор бумажной сезонной одежды для игры «Одень куклу»;
2. Компьютерная презентация «Овощи и фрукты»;
3. 2 мольберта;
4. Макет дерева;
5. Зубная щетка;
6. Мыло;
7. Расческа;
8. Зубная паста;
9. Полотенца;
10. Натуральные кусочки фруктов;
11. Шпажки для нанизывания;
12. Следы красного и белого цвета;
13. Воздушные шарики с вопросами;

**Беседы:**

- Откуда берутся болезни;

-как победить простуду;

-о пользе витаминов.

**Ход непосредственно-образовательной деятельности**

**Мотивация к деятельности**

**Воспитатель:** Дети посмотрите, какой сегодня прекрасный день! У нас много гостей и у них у всех хорошее, радостное настроение. Они все бодрые и здоровые. Но я вынуждена вас огорчить. Наш друг Саша попал в плен к **королеве простуде**. Он напился холодного молока. Ребята, а можно ли пить холодное молоко? Почему? Королева Простуда отправила нам вот эту карту с заданиями, если мы правильно выполним её задания, то сможем спасти Сашу. Она думает, что мы не справимся .Что будем делать ребята?

**Дети**: Пойдём выручать нашего друга

 **Воспитатель**: Я знала, что вы добрые ребята и не оставите друга в беде. Закрывайте глаза, мы с вами перенесемся в волшебный мир сказок.

Мы осторожно входим в сказку .

Дорога, лес знакомы нам давно.

Здесь всё живёт, и дышит чудесами,

Загадками и тайнами полно.

А вот красные горячие следы! Это оставила высокая температура?

А когда бывает высокая температура?

**Дети**: Когда болит голова, когда человек болеет, когда не закаляется .

**Воспитатель:** Все верно. И когда человек болеет, то у него плохое настроение и нет сил. Вы хотите быть бодрыми и веселыми? Тогда давай все вместе сделаем зарядку.

**Физминутка**

Рано утром на полянку Ходьба с высоко поднятыми ногами

Друг за другом мы идем

И все дружно по порядку

Упражнения начнем.

Раз - подняться, потянуться,

Два – согнуться, разогнуться,

Три – в ладошки три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре – руки шире.

Пять – руками помахать,

Шесть – на полянке нам присесть .

**Воспитатель**: вот сейчас мы с вами пойдем по следам. А чтобы не заболеть, нельзя наступать в течение занятия на красные следы. В холодное время года очень легко попасть в королевство простуды. А какое сейчас время года?

**Дети:** Зима.

**Воспитатель**: А рядом белые следы. Это следы здоровья. По каким следам мы с вами пойдем? Как вы думаете?

**Дети:** По белым.

Дети переменным шагом идут по белым следам.

**Воспитатель**: Куда это мы с вами попали? Что за домик?

Лиф на байке, три фуфайки, на подкладке платьице,

Шарф на шее, шаль большая, что за шарик катиться?

Сто одёжек, сто застёжек, слова вымолвить не может

Так меня закутали, что, не знаю, тут ли я?

Жителей этой страны называют «Куталки**»**.

Вот мы с вами и попали в домик ватных одеял. В этом доме живут «Куталки». Там все люди кутаются. Одеваются очень тепло, а все равно болеют. Давайте постучим.

**Пальчиковая гимнастика:**

На двери висит замок

Кто открыть его бы смог?

Потянули, покрутили, постучали

И открыли.

**Выходит Куталка**.

**Куталка:** Здравствуйте, ребята! Ой! Как у вас тут холодно. Я - Куталка! Всегда одеваюсь тепло, но почему – то все время болею, мерзну. Как вы думаете: почему?

**Дети:** Ты очень тепло одета. Тебе жарко. Тебе неудобно ходить. Надо одеваться по погоде.

**Куталка:** Научите меня, пожалуйста, как нужно одеваться правильно.

**Воспитатель:** Ребята, как мы одевались с вами летом, а как сейчас?

**Дети:** В легкую одежду, а зимой теплую.

**Воспитатель:** Правильно, а сейчас мы с вами покажем «Куталке» как нужно одеваться, поиграем в **д**идактическую игру « Одень куклу по сезону».

**Куталка:** Спасибо ребята. Теперь я знаю, как надо одеваться, чтобы не болеть.

**Воспитатель**: Да, «Куталка», одевайся по погоде и не болей. Вот и хорошо, значит среди нас «Куталок» нет. Мы с вами всегда должны помнить: одеваться нужно по погоде, не переохлаждаться. А знаете, ребята, что главную роль в борьбе с простудой играют физкультура и спорт. Кто регулярно занимается спортом - всегда здоров и весел. Поэтому больше играйте на свежем воздухе, тогда и болеть не будете. А теперь давайте сделаем закаливающее носовое дыхание, которое тоже поможет сохранить здоровье.

**Проводится «Носовое дыхание»**

При вдохе сжимаем кулачки,

При выдохе разжимаем кулачки.

**Воспитатель:** Что ж, мы с вами пойдем дальше. На какие следы можно наступать?

**Дети**: На белые.

**Воспитатель:** Молодцы. Что на карте у нас изображено дальше?

**Дети:** Дерево.

**Воспитатель:** Тогда пойдемте искать дерево. Ребята, что это за дерево? Что это на нем растет?

**Дети**: Зубные щётки, мыло, расчески, полотенце, мыло, вихотка.

**Воспитатель**: Для чего нужны все эти предметы?

**Дети:** Чтобы руки мыть, зубы чистить…

**Воспитатель**: Когда нужно мыть руки?

**Дети:** Перед едой, после прогулки, после туалета, после рисования и лепки…

**Воспитатель**: Для чего нужно полотенце?

**Дети**: Чтобы вытирать руки .

**Воспитатель:** Для чего нужна расческа?

**Дети:** Чтобы расчесывать волосы. Быть красивыми, аккуратными.

**Воспитатель:** Для чего нужна зубная паста и щётки?

**Дети:** Чтобы чистить зубы. Чтобы зубы были чистыми и здоровыми.

**Воспитатель**: Ребята, смотрите, показался дворец Королевы Простуды. Чтобы победить ее, и спасти Сашу, мы должны правильно ответить на вопросы:

**Игра с шариками.**

**Воспитател**ь: Молодцы ребята, вы правильно ответили на вопросы Королевы простуды и победили её. Теперь можно нам освободить нашего друга Сашу.

Выходит мальчик Саша: Спасибо вам ребята, вы спасли меня.

**Воспитатель:** Саша, а ты пойдешь с нами в страну «Здоровичков»?

**Саша**: Конечно.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, что были ловкие и смелые и спасли Сашу от Королевы Простуды. А теперь надо помочь восстановить Саше силы после болезни и нам, чтобы не болеть нужно, кушать витамины. Ребята, а в каких продуктах много витаминов?

**Дети:** В овощах и фруктах.

**Воспитатель:** Правильно и я приглашаю вас сделать фруктовый шашлычок,

но для этого нам нужно сначала? (помыть руки).

Дети моют руки и готовят для себя фруктовый шашлычок и едят.

**Рефлексия:**

**Воспитатель**: Ребята, а вам понравилось наше путешествие? А что для вас было самым интересным в нашем путешествии? А что показалось трудным? Какое доброе дело мы с вами сегодня сделали? Самое главное мы спасли нашего друга от Королевы простуды. Молодцы!