Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад компенсирующего вида второй категории № 20 «Чебурашка»

г. Красный Сулин.

Конспект непосредственно образовательной деятельности

по валеологии в средней группе

Тема: Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни в процессе двигательной активности, развитие познавательного интереса и совершенствование навыков пользования предметами личной гигиены.

Подготовила:

Воспитатель 1 категории

Богданова Наталия Валерьевна

**Интеграция образовательных областей:** «Познание», «Музыка», «Безопасность», « Физическая культура», «Коммуникация», «Здоровье», «Социализация», «Безопасность».

**Основные направления детской деятельности:** познавательно – речевое, физическое, социально – личностное, художественно – эстетическое.

**Приоритетный вид детской деятельности:** двигательная, коммуникативная, игровая.

**Цель:** Содействовать формированию положительных личностных качеств детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* Развивать общую и мелкую моторики, диафрагмальное дыхание.
* Формировать представление детей об изображении эмоциональных состояний.
* Способствовать развитию познавательного интереса, мыслительной активности, воображения, памяти, речи.
* Учить детей заботиться о своем здоровье, совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены, дать понятие о влиянии естественных средств и витаминов на организм человека.

**Планируемые результаты:** Владеет в соответствии с возрастом основными культурно – гигиеническими навыками, проявляет интерес, к тому какую пользу приносят солнце, воздух, вода и витамины для человеческого организма, активно и доброжелательно взаимодействуют с воспитателем и сверстниками в решении игровых и познавательных задач.

**Оборудование:** Бумажный самолет, цветы, пальма с предметами личной гигиены, игрушка капелька, игрушка солнце, деревья, мешок с фруктами.

**Аудиосредства:** магнитофон, диск с записью звуков леса.

**Мотивация:** Неопрятная девочка с грустным, грязным лицом и руками.

**Ход занятия:**

В группу входит девочка, наклонив голову, ели, ели передвигая ноги с грязным лицом и руками, не обращая внимания на присутствующих.

Воспитатель: Ребята вы знаете эту девочку? (Нет) Девочка как тебя зовут? А почему ты такая грустная и грязная?

**Девочка Маша:** Мне грустно, потому что со мной никто не играет. А зовут меня Маша.

**Воспитатель:** Как вы думаете, почему с Машей никто не играет?

Ответы детей (потому что она неумытая и руки у неё грязные)

**Воспитатель:** Ребята, чтобы помочь Маше, я предлагаю вам отправиться в очень интересное путешествие. Маша, мы и тебя возьмем с собой, в этом путешествии ты узнаешь много нового и интересного о собственном теле, о предметах личной гигиены, о влиянии солнца, воздуха, воды и витаминов на организм человека. Посмотрите, ребята, какой у меня есть самолет, вам нравится? (Да) Полетели?

*Гимнастика: «Самолет».*

Пролетает самолет

С ним собрался я в полет

Правое крыло отвел, посмотрел.

Левое крыло отвел, поглядел.

Я мотор завожу и внимательно гляжу.

Поднимаясь ввысь лечу, возвращаться не хочу.

**1 этап. «Цветочная поляна».**

**Воспитатель:** Ребята, что это на нашем пути? (Цветочная полянка). Посмотрите, что на ней растет? (Цветы). Это необычные цветы. Все разного цвета. Подойдите и возьмите цветочек такого цвета, чтобы он совпал с вашим настроением. У людей часто настроение меняется? Как вы думаете почему? (*если у человека болит голова, или он устал у него может быть плохое настроение. А если он здоров, у него все хорошо, то и настроение тоже хорошее*).

*Показ картинок с изображением детей с разными эмоциональными состояниями. Предложить детям, порассуждать: почему девочка грустная, мальчик веселый...*

**Воспитатель:** Я рада, что вы все выбрали яркие цветы, значит у вас хорошее настроение. Давайте цветочки заберем с собой в детский сад, подарим их ребятам чтобы, у них тоже было хорошее настроение!

**Воспитатель:** Ой, ребята, на небе появилась тучка (показ грустной тучки-облачка). Она с дождиком и нам стало грустно. Изобразите грусть. И вдруг облачко заулыбалось, дождик кончился, и нам стало весело. Улыбнитесь как облачко (детиулыбаются друг другу).

**Воспитатель:** Дети, а чтобы быть бодрым и веселым мы утром делаем что? (зарядку). Для чего мы делаем зарядку? (чтобы быть здоровыми, бодрыми, веселыми)

Физкультминутка:

Каждый день по утрам  
Делаем зарядку (Ходьба на месте.)  
Очень нравится нам  
Делать по порядку:  
Весело шагать (Ходьба.)  
Руки поднимать (Руки вверх.)  
Приседать и вставать (Приседание.)  
Прыгать и скакать (Прыжки.)

**Воспитатель:** Молодцы! Ваше настроение стало лучше? Отправляемся дальше.

*Гимнастика: « Самолет ».*

**2 этап: «Необитаемый остров».**

**Воспитатель:** Я вижу впереди необитаемый остров, на нем необычная пальма, на которой вместо бананов висят зубные щетки, з/пасты, расчески, мыло, полотенце. Вы встречали такие пальмы? (Нет).

**Воспитатель:** Ребята располагайтесь поудобней (дети садятся вокруг пальмы). Сейчас я буду загадывать загадки, а отгадки вы будете искать на пальме.

Ускользает как живое.

Но не выпущу его я.

Белой пеной пениться,

Руки мыть не ленится! (Мыло)

Для чего нужно мыло? (Чтобы мыть руки).

А зачем нужно мыть руки? (Чтобы они были чистыми, на них не было микробов).

Мягкое, пушистое  
Беленькое, чистое.  
В душ его возьму с собой  
Буду чистый и сухой. (Полотенце)

**Воспитатель:** Для чего нам нужно полотенце? (чтобы вытираться)

Как ты выглядишь красиво!  
Симпатично, очень мило,  
Аккуратная причёска –  
Помогла тебе…(расчёска)

**Воспитатель:** Для чего нужна расческа? (чтобы расчесывать волосы)

Костяная спинка,  
Жёсткая щетинка,  
С мятной пастой дружит  
И усердно служит. (Зубная щетка)

**Воспитатель:** Для чего нужна зубная щетка и паста? А зачем их нужно чистить? (чтобы сохранить зубы здоровыми, белыми).

**Воспитатель:** Ребята, улыбнитесь друг другу и посмотрите, много у вас зубов? Какие вы красивые, когда улыбаетесь.

Если руки наши в ваксе

Если на нос сели кляксы

Кто тогда нам первый друг

Снимет грязь с лица и рук?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли –

Жить нельзя нам без ... (воды).

Воспитатель: Показывает игрушку-капельку. Дети, что это? (капелька)

Воспитатель: Для чего нужна вода? (чтобы мыться, плескаться, умываться). А зачем нам нужно мыться? (чтобы быть чистыми, опрятными и не болеть)

*Самомассаж « Умывалочка»*

|  |  |
| --- | --- |
| Надо, надо нам помыться. | *трем руки друг о друга* |
| Где тут чистая водица? | *Показываем ладошки* |
| Кран откроем ш-ш-ш, | *имитация открывания крана* |
| Руки моем ш-ш-ш. | *трем ладошки друг о друга* |
| Нос и щечки не забыли и водичкой все умыли, | *погладили нос и щеки, а затем все лицо* |

Летим дальше. *Гимнастика: «Самолет».*

**3 этап: ЛЕС.** (а/з со звуками леса).

**Воспитатель:** Ой, ребята, куда это мы прилетели? (в лес)

**Воспитатель:** Так легко дышится, а почему? (потому что здесь чистый воздух)

**Воспитатель:** Как вы думаете, чистый воздух полезен для здоровья? (Конечно).

**Воспитатель:** Давайте подышим. (Элементы дыхательной гимнастики «Поймаем воздух руками»- на короткий вдох ладошки сжимаем, на длинный выдох - разжимаем).

**Воспитатель:** Ребята к нам на лесную полянку заглянуло солнышко. (Показ игрушки «Солнышко»)

Каждому человеку нужно солнце и его тепло.

Упражнение «Солнышко греет»

*(координация речи с движением, развитие общих речевых навыков).*

Мы себя на солнце грели

Руки, ноги, щеки, нос

Свежим воздухом дышали,  
Чтоб зимою не болели  
И еще красивей стали!

**Воспитатель:** Ребята, так с какими природными явлениями мы встретились? На острове - с водой.

В лесу - с воздухом и солнцем.

Скажите, вы хотели бы взять к себе в друзья солнце, воздух и воду. ( Да) Так давайте скажем вместе солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!

Летим дальше. *Гимнастика: «Самолет».*

**4 этап: «Витамины»**

**Воспитатель:** Ребята, а это еще, что за мешок с лева по борту? (замечают мешочек).

Предлагаю по играть с ним в игру «Чудесный мешочек» кто угадывает, что в мешочке на ощупь тот отгадку себе и забирает. Ребята, что вы достали из мешочка?

Ответы детей (яблоко, грушу, банан, апельсин)

**Воспитатель:** Как вы думаете фрукты полезные продукты? (полезные) А чем они полезны?

(в них много витаминов) А что нужно делать с фруктами перед едой? (их нужно помыть) А зачем? (чтобы смыть все микробы).

**Воспитатель:** Наше путешествие подошло к концу. Возвращаемся обратно.

Ребята, давайте Маше напомним, что ей нужно сделать, чтобы с ней снова стали играть друзья?

Ответы детей (умыться, вымыть руки, причесаться)

**Девочка Маша:** Спасибо вам ребята за помощь, мне не терпится привести себя в порядок. До свидания, я побежала.

**Воспитатель:** Ребята, вам понравилось наше путешествие? Что вам больше всего понравилось? Что нужно человеку чтобы быть здоровым?