Муниципальное Казенное Дошкольное Образовательное Учреждение

детский сад «Буратино»

Конспект занятия по формированию здорового образа жизни у детей

среднего дошкольного возраста.

На тему: "СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА - НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ"

Воспитатель- Андреева Людмила Анатольевна

с. Чунояр, Богучанского района, Красноярского края.

**Педагогические цели**: формировать представления детей о здоровом образе жизни, закрепить знания детей о предметах личной гигиены, воспитывать желание следить за своим внешним видом.

**Планируемые результаты**: знает предметы личной гигиены, их предназна­чение, имеет представление о здоровом образе жизни, и правилах гигиены, умеет внимательно слушать и отвечать на вопросы.

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическая культура», «Художественно-эстетическое развитие».

**Виды деятельности:** игровая, двигательная, познавательно исследователь­ская, коммуникативная.

**Предварительная работа:** Разучивание потешек; разгадывание загадок; чте­ние произведения К. И. Чуковского «Мойдодыр»; беседы с детьми: о солнце, воздухе, воде; о личной гигиене.

**Средства реализации:** магнитофон, аудиодиски, гуашь, кисти, листы белой бумаги, мольберт.

**Ход занятия:**

**Воспитатель** – ребята, вы слышали, когда-нибудь о стране «Здоровейка»?

Хотите там побывать? Тогда, сегодня мы с вами отправимся в путешес­твие в страну «Здоровейка», занимайте места в вагончиках и отправ­ляемся:

Вот поезд наш едет, колеса стучат,

А в поезде этом ребята сидят, чух-чух

Чух-чух, а в поезде этом ребята сидят. Чууух.

Вот мы и приехали.

Ребята скажите, когда мы с вами ехали, что светило нам в пути?

- Солнце (дети) .

*Рассказывание потешки:*

Светит Солнышко в окошко

Светит в нашу комнату

Мы захлопаем в ладошки

Очень рады солнышку.

**Воспитатель:** – дети, а что дает нам Солнышко?

- Тепло, свет, солнечный загар, витамин «Д» (ответы детей) .

**Воспитатель:** правильно, с солнцем мы получаем загар, принимаем солнеч­ные ванны, витамин «Д» нужен нам для того, чтобы наши кости были креп­кими.

*Физминутка «Солнышко»*

Вот как Солнышко встает

Выше, выше, выше. Дети поднимают руки через стороны вверх, поднимаясь на носочки.

К ночи Солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. Дети приседают, опуская руки вниз.

Хорошо, хорошо Солнышко смеется,

А под Солнышком нам

Весело живется. Дети шагают на месте, хлопая в ладоши.

- ребенку предлагается нарисовать солнышко на листе бумаги, закреплено на мольберте, в это время включаем запись «звук солнца» (звуки природы) .

**Воспитатель**:– ребята, на прогулке, дома, в детском саду каждый день мы с вами дышим воздухом. Скажите, каким должен быть воздух, чтобы ы были здоровыми?

- воздух должен быть чистым, без пыли и грязи (ответы детей) .

**Воспитатель:** Правильно, воздух должен быть чистым, свежим, без по­сторонних запахов. А что может случится с человеком, если воздух будет за­грязнен?

- человек может заболеть (ответы детей) .

**Воспитатель:** дети, а мы с вами видим воздух? - Нет (ответ детей). А как вы думаете, почему? – потому, что он прозрачный (если знают отвечают) .

- Но мы можем его почувствовать, как он тонкой струйкой, через нос попа­дает к нам в живот. Давайте попробуем.

*Дыхательная гимнастика - упражнение «Погончики» по Стрельниковой*.

И. П – стоя ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

- вдох носом, плавно поворачиваем голову к правому плечу, выдох через рот, голову прямо, вдох, плавный поворот к левому плечу, выдох.

**Воспитатель**: – дети, а к нам пришел необычный гость.

- Вот он.

- Что это?

-Шарик (ответ детей)

**Воспитатель:** - Он худой, маленький, его можно спрятать в ладошку, вот так (показать) .

Наш гость хочет, чтобы я его надула воздухом (надуваем) .

- Ребята, какой стал шарик?

- Круглый, большой (ответы детей) .

**Воспитатель:** - Шарик легкий или тяжелый?

- Легкий (ответ детей)

**Воспитатель:** - А как вы думаете почему, что у него внутри?

- Потому, что внутри воздух (ответ детей) .

**Воспитатель:** - Давайте послушаем, какой звук издает шарик, когда воздух из него выхо­дит.

Дети все вместе произносят звук ш-ш-ш-ш.

Детям предлагается нарисовать воздух в виде шарика, так как воздух мы не видим, но он есть в воздушном шарике.

Звучит музыка и входит «Мойдодыр»

**Мойдодыр:** - Здравствуйте детишки,

Девчонки и мальчишки.

К вам спешил я в детский сад,

Всех я вас увидеть рад!

Я великий умывальник.

Знаменитый Мойдодыр.

Умывальников начальник

И мочалок командир.

Отвечайте мне.

Вы здоровенькие? Да (показывают)

Вы чистенькие? Да.

С мыло дружите? Да.

С водой дружите? Да.

- Покажите-ка, как вы дружите с водой, как моете руки (показ детьми пра­вила мытья рук) .

- А где можно встретить воду?

- В реке, ручейке, океане… (ответы детей) .

- А какие предметы личной гигиены вы знаете?

- Расческа, мыло, зубная щетка, паста, зубной порошок…. (ответы детей) .

- А отгадаете ли вы мои загадки?

Загадки:

Зубастая пила, в лес густой пошла

Весь лес обходила, ничего не спилила

(расческа)

Костяная спинка, жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит

Нам усердно служит

(зубная щетка)

Гладко и душисто, моет очень чисто,

Нужно, чтоб у каждого было. Что это? (мыло) .

Она помогает нам чистыми стать

И вымыть полы и белье постирать

(вода)

**Мойдодыр:** - Ну, молодцы, теперь я уверен, что вы всегда будете следить за чистотой своего тела, за своим здоровьем и оставаться здоровыми. До свидания ребята.

Детям предлагается нарисовать воду, ручеек, в это время звучит запись «Звуки природы» - весенний ручеек.

**Воспитатель:** - Ребята, вот наше путешествие и подошла к концу, нам пора отправляться в детский сад, давайте займем свои места в вагончиках.

Поехали:

Вот поезд наш мчится

Колеса стучат, а в поезде

Этом ребята сидят

Чух-чух, чух-чух,

а в поезде этом ребята сидят.

Чууух.

**Воспитатель:** Вот мы и вернулись в детский сад. Скажите, что вы узнали, кого мы можем назвать нашими лучшими друзьями?

- Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья (говорят дети) .