**Конспект занятия по ЗОЖ в средней группе "В гостях у Винни-Пуха"**

**Программное содержание:** Дать представление о составляющих здорового образа жизни. Воспитывать потребность быть здоровым: употреблять в пищу овощи и фрукты; выполнять гигиенические процедуры; воспитывать нравственные качества, чувства сострадания и заботы к другим людям. Развивать умение творчески использовать двигательные навыки в самостоятельной двигательной деятельности; развивать слуховое внимание, мышление, речь. Активизировать словарь: микробы, витамины.  
**Предварительная работа:** Беседы, сюжетно-ролевая игра «Больница», соблюдение   
режима дня, выполнение гигиенических процедур.  
**Материал:** Игрушка (Винни-Пух), набор муляжей (овощи, фрукты), 2 синих и 2 красных корзинки, мешочек для игры «Чудесный мешочек», предметы гигиены, письмо, разрезная картинка, фланелеграф, картинки зубов.  
**Методические приёмы:** Сюрпризный момент, художественное слово, вопросы, игра.

**Методика проведения занятия:**

**Воспитатель:** Ребята, давайте с вами встанем в круг улыбнёмся и поздороваемся друг с другом. А теперь посмотрите, сколько гостей сегодня к нам пришло! Давайте с ними тоже поздороваемся и скажем: «Здравствуйте! Мы рады вас видеть!». Я тоже рада видеть вас и наших гостей.   
Ребята, в нашу группу пришло письмо. Хотите узнать от кого оно? Давайте прочитаем. Здесь написано:  
«Жду сегодня в гости всех ребят!  
Приезжайте непременно, буду рад!   
Ваш любимый Винни-Пух».  
**Воспитатель:** Ну, что, принимаем приглашение? Отправляемся в гости?  
А на чём мы отправимся, вы сейчас сами догадаетесь. Я предлагаю вам собрать картинку.  
Ребята, что у вас получилось? / Поезд /.   
Правильно! Какие вы молодцы! Да, мы отправляемся в гости на поезде.  
Скорее, ребята, места занимаем,  
/ встают друг за другом /  
Моторчик заводим и в путь, уезжаем!  
/ дети «крутят» руками у груди /  
Колёсики, колёсики, стучат, стучат, стучат.  
/ «едут» по кругу /  
А в маленьких вагончиках кампания ребят.  
/ подходят к домику /  
**Воспитатель:** Ну вот кажется и дом Винни-Пуха, только где же он сам? А так нас хотел   
видеть. И почему же он нас не встречает? Давайте мы с вами присядем и подождём его.  
/ дети садятся на [стулья](http://kladraz.ru/blogs/natalja-valerevna-hramova/-v-gostjah-u-vini-puha.html) /  
/ Раздаются охи, вздохи и появляется игрушка-Винни с перевязанной щекой. /  
**Винни-Пух:** Ой, как мне больно!  
**Воспитатель:** Винни-Пух! Что с тобой случилось? Мы к тебе в гости приехали, а ты оказывается, заболел?  
**Винни-Пух:** Ведь день так хорошо начался:   
С утра я в комнате прибрался,  
И у окошка ждать вас сел.  
И незаметно, понемногу я весь запас мёда съел!  
**Воспитатель:** И много было у тебя мёда?  
**Винни-Пух:** Вот этот синенький бочонок.  
**Воспитатель:** Ай, ай, Винни-Пух! Разве тебе никто не рассказывал о том, что нельзя есть много сладкого?  
**Винни-Пух:** Нет, в школу я не дошёл и поэтому читать не умею, а своего друга Пятачка не слушаю, ведь он меня всё время чему-то учит.  
**Воспитатель:**Из-за твоего упрямства и случаются с тобой разные неприятности.  
Не плачь, мы тебя пожалеем и поможем справиться с болью. Ребята, как можно пожалеть Пуха? Что сказать, что надо сделать?  
/ ответы детей: погладить, прижать, поцеловать, сказать ласковые слова /  
**Воспитатель:** Винни, тебе легче стало?  
**Винни-Пух:** Да, спасибо, боль утихла.  
**Воспитатель:** Тогда давай разбираться, что ты сделал неправильно? Ребята, можно столько сладкого съедать сразу? К чему это может привести?  
/ ответы детей: сладкого много есть нельзя, портятся и болят зубы, болит живот, появляется сыпь на коже /  
**Воспитатель:** Видишь, сколько вреда получается. А всё это потому, что наш организм хорошо работает только тогда, когда мы едим полезные продукты. Ребята, чем надо правильно питаться? Что полезно кушать и детям, и взрослым?  
/ ответы детей: творог, молоко, фрукты, овощи /  
**Воспитатель:** Правильно, и обязательно надо есть мясо, потому что в нём   
много веществ, которые дают нам силу. Витамины содержатся во всех   
нужных продуктах.  
Мы хотим быть здоровыми? / Да /  
Сильными и смелыми? / Да /  
Ребята, для того, чтобы Винни-Пух лучше запомнил какие продукты полезные, а какие нет, давайте проведём **игру «Полезно-не полезно»**.  
/ 2 участника, у каждого по 2 корзинки разного цвета; муляжи фруктов и овощей сложены в одну кучку. Дети должны разложить продукты в соответствии с полезными качествами в красную и синюю корзины./  
**Воспитатель:** Давайте проверим правильность выбора ребят.  
/ показывает содержимое корзин и обсуждает полезные и вредные свойства продуктов питания, складывает полезные в одну корзину /  
**Воспитатель:** Вот тебе, Винни-Пух, корзина с полезными продуктами, возьми и запомни, что должно быть в твоём меню.  
**Винни-Пух:**Теперь я буду есть здоровую пищу.  
**Воспитатель:** Но мне кажется, что Винни-Пух не только мёдом объедается, но и не выполняет некоторые правила ухода за телом и зубами. Ведь, чтобы быть здоровым надо не только правильно питаться, но и поддерживать чистоту своего тела. Как это делать?  
/ ответы детей: мыться, купаться с мочалкой и мылом, умываться, чистить зубы, мыть руки с мылом, расчёсываться /  
/ воспитатель показывает картинку белого зуба с улыбкой и серого зуба /  
**Воспитатель:** Как вы думаете, какому зубу лучше живётся? Почему он улыбается?  
/ ответы детей: белый зуб улыбается, потому, что ему дают витамины, его чистят и он не болит /  
**Воспитатель:** Винни, ты соблюдаешь эти правила личной гигиены? Поэтому твои зубы просят о помощи. У тебя есть предметы личной гигиены?  
**Винни-Пух:** Даже не знаю, что-то лежит на полочке, сейчас принесу.  
**Воспитатель**: Тогда всё понятно. Снова придётся тебе помочь. Неси, что у тебя есть в ванной комнате. Ребята, поможем Винни-Пуху разобраться, что и для чего нужно?  
/ Винни-Пух приносит мешочек /  
Проводится **игра «Чудесный мешочек»**  
/ Воспитатель предлагает детям по одному определить на ощупь, что лежит в мешочке (мыльница, мыло, зубная щётка, зубная паста, стаканчик, расчёска, мочалка, салфетка бумажная. Дети сразу поясняют какой предмет для чего нужен. /  
**Воспитатель:** Держи свой мешочек и пользуйся предметами по   
назначению. А чтобы было веселей, приговаривай потешку :  
Водичка, водичка,   
/ дети проговаривают текст, сопровождая движениями пальцев /  
Умой моё личико,   
Чтобы глазки блестели,   
Чтобы щечки краснели,   
Чтоб смеялся роток,   
Чтоб кусался зубок.   
**Воспитатель:** А ещё мы с ребятами, специально для тебя, покажем какую разминку можно сделать.   
Винни-Пух наш потянулся  
/ движения выполняются по тексту /  
Раз нагнулся, два нагнулся.  
Руки в стороны развёл,  
Банку с мёдом не нашёл.  
Чтобы мёд ему достать  
На носочки надо встать!  
**Винни-Пух:** Спасибо вам, ребята, теперь я обязательно буду умываться, чистить зубы и есть полезную пищу и заниматься зарядкой.  
**Воспитатель:** Я очень рада, что мы с ребятами тебе помогли. И теперь ты сам должен заботиться о своём здоровье!  
**Винни-Пух:** Ау меня есть для вас угощение вкусное и полезное. Кушайте на здоровье!  
/ дети угощаются яблоком и морковкой /  
**Воспитатель**: Подкрепились? Скажем Винни-Пуху «спасибо». Ну, а нам пора возвращаться домой. Скорей нас поезд ждёт.  
Ребята, скорее, места занимаем   
/ дети строятся друг за другом /  
Моторчик заводим и в путь, уезжаем!  
/ «заводят» мотор /  
Колёсики, колёсики, стучат, стучат, стучат.   
/«едут» по кругу /  
А в маленьких вагончиках кампания ребят.  
**Воспитатель:** Вот мы и вернулись в группу. Понравилось вам наше путешествие?  
Где мы сегодня с вами побывали? / ответы детей /  
Как надо заботиться о своём здоровье? / ответы детей /  
Чтоб здоровье сохранить  
Научись его ценить!  
Я желаю вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда  
Но добиться результата  
Невозможно без труда.  
Постарайтесь не лениться.  
Каждый раз перед едой,  
Прежде чем за [**стол**](http://kladraz.ru/blogs/natalja-valerevna-hramova/-v-gostjah-u-vini-puha.html) садиться,  
Руки вымойте водой.  
И зарядкой занимайтесь  
Ежедневно по утрам.  
И, конечно, закаляйтесь –   
Это так поможет вам!  
Я открыла вам секреты,  
Как здоровье сохранить  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить.

|  |
| --- |
|  |