**Конспект непосредственно-образовательной деятельности в средней группе «Как мы учили Петрушку быть здоровым»**

***Интеграция образовательных областей:***

Здоровье, познание, физическая культура, безопасность, социализация.

***Цел****ь:* Формирование у детей привычек здорового образа жизни.

***Задачи****:*

***1.Воспитательная***

Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье, сочувствие к своим ближним.

***2.Познавательные***

Формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.

Расширить представления детей о состоянии своего тела, помочь узнать свой организм.

Учить беречь свое здоровье и заботиться о нем.

Продолжать прививать культурно-гигиенические навыки.

Расширять знания о питании и его значимости.

Учить рассуждать, делать выводы.

***3.Развивающая***

Развивать мышление , воображение, память, связную речь. (через заучивание стихов).

***Предварительная работа****:* Беседы о ЗОЖ, дидактические игры«Малыши-крепыши»,«Группировка предметов»,чтение детям художественной литературы. К.Чуковского«Мойдодыр»,«Айболит»,А.Барто «Девочка Чумазая», Е.Кан

«Наша зарядка»,Р. Корман «Микробы и мыло»,стихи и загадки о здоровом образе

 жизни.

***Материал****:* Использование художественного слова. Иллюстрации с изображением продуктов. Влажные салфетки.

***Активизация словаря:*** стоматолог, режим, хандра, микроб, витамины.

***Ход занятия***

**Воспитатель**: Ребята, сегодня утром нам в группу принесли письмо. Хотите узнать от кого оно? Читаю:«Жду сегодня в гости всех ребят! Приезжайте непременно, буду рад!» Петрушка.

**Воспитатель:** Что решим? Отправимся в гости?

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 домик Петрушки.

**Пальчиковая игра:**

 На полянке дом стоит Пальцы рук сомкнуты в виде

Ну а в домик путь закрыт, крыши дома,

 Мы ворота открываем, Отводим большие пальцы в стороны

 Всех вас в домик приглашаем.

 Но на дверях висит замок, Пальцы обоих рук скрещены

 Кто его открыть бы мог,

 Покрутили, постучали, Руки поворачиваем (от себя, на себя)

 Потянули и открыли. Тянем руки в стороны,

 Ну а доме Петрушка живет, Большой, безымянный и мизинец

 И нас в гости ждет. сомкнуты

 Только где же он сам? А так нас хотел видеть… почему он нас не встречает? Давайте

 мы присядем и подождём его.

 *Дети садятся на стулья. Появляется грустный Петрушка(зевает).*

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

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

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

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

**Ребенок:** 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.

**Воспитатель:** А вы, ребята, делаете зарядку?.

**Дети:** Делаем

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

 **Физминутка**

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!

**Ребенок:** 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».

 **Воспитатель:** 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)*

**Ребенок:** Чтобы ни один микроб

 Не попал случайно в рот,

 Руки мыть перед едой

 Нужно мылом и водой.

**Воспитатель:** Чтобы быть здоровым. А здоровые дети какие? ( всегда веселые, чистые, бодрые, сильные)Будем учить Петрушку быть здоровым. В путь дорогу собираемся, за здоровьем отправляемся.

 (Петрушка держится за щеку)

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

**Петрушка:** Зубы болят.

**Воспитатель:** Ребята, к какому врачу нужно идти, когда болят зубы?.

**Дети:** К стоматологу, он зубы лечит.

**Воспитатель:** Сейчас мы с вами отправимся в кабинет стоматолога, но нам надо пройти по мостику.

**Петрушка:** Ребята, а я приготовил для вас загадки, если отгадаете, то сможете пройти по мостику.

Чтоб грязнулею не быть,

Следует со мной дружить,

Пенное, душистое,

Руки будут чистыми. (Мыло)

 Гладко, душисто, моет чисто. (Мыло)

 Костяная спинка, Жестяная щетинка, С мятной пастой дружит, нам усердно служит.

 (Зубная щетка)

 Оказались на макушке
 Два вихра и завитушки.
 Чтобы сделать нам причёску,
 Надо что иметь? (Расческа).

 Вафельное и полосатое,
 Ворсистое и мохнатое,
 Всегда под рукою -
 Что это такое? (полотенце).

 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)

 *Появляется стоматолог.*

**Стоматолог:** Что у вас случилось?.

**Дети:** У Петрушки зубы болят.

*Врач осматривает Петрушку.*

 **Стоматолог:** 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.

**Ребенок:** Чистить зубы, умываться,

 И почаще улыбаться,

 Закаляться, и тогда

 Не страшна тебе хандра.

**Воспитатель:** А еще надо обязательно есть овощи и фрукты, в них есть такие волшебные вещества, которые помогут вам быть здоровыми.

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

 **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.

**Ребенок:** 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?.

 **Дети:** Занятия физкультурой, подвижные игры, гуляние на свежем

 воздухе, солнечные лучи, катание на санках, коньках.

 **Ребенок:** 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…)

 **Ребенок:** Вот те добрые советы,

 В них и спрятаны секреты,

 Как здоровье сохранить,

 Научись его ценить!.

 **Петрушка:** Спасибо ребята, я столько интересного узнал. До свидания ребята.