Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное

Учреждение детский сад №10 поселок Красное Эхо

 Гусь-Хрустального района

Конспект

Непосредственно образовательной деятельности

 с детьми средней группы

Образовательные области: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

На тему: «Здоровье – это здорово!»

Подготовила и провела

воспитатель

высшей квалификационной категории Шамина Ольга Александровна

2022 год

**Технологическая карта непосредственно образовательной деятельности**

**Возрастная группа:** средняя общеразвивающая группа

**Тема занятия:** Путешествие в страну здоровья

**Место проведения: группа**

**Цель**: формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

**Программное содержание:**

**Задачи**:

 Образовательные:

* Закреплять знания детей о понятии « здоровье», умение заботиться о своём здоровье.

Развивающие:

* Развивать потребность быть здоровым.

Воспитательные:

* воспитывать желание быть здоровыми;
* воспитывать интерес к физическим упражнениям и самомассажу.
* воспитывать уважение друг к другу.

Оздоровительные:

* укрепление иммунитета, пищеварительной системы организма.
* содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов. Активная двигательная деятельность ребенка способствует укреплению сердечнососудистых и дыхательных систем, улучшению обменных процессов в организме, оптимизации пищеварения и теплорегуляции и тд.

и выносливости).

* **Материалы и оборудование:** «Мешочек Мойдодыра» с предметами личной гигиены, муляжи фруктов и овощей, набор продуктов для «магазина».

**Интеграция с образовательными областями**: «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное развитие».

**Предшествующая работа:**

* Соблюдение режимных моментов, беседа с детьми о витаминах, о пользе продуктов,знаний об овощах и фруктах , как нужно заботиться о своём здоровье,
* Дидактические игры: «Отгадай загадку», «Пирамида здоровья , «Чудесный мешочек».
* Просмотр мультфильма «Мойдодыр».

Ход занятия.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Организационный момент | ( Дети входят в группу и подходят к воспитателю)  |  |  |
| Целеполагание | В: Ребята давайте с вами встанем в круг , улыбнёмся и поздороваемся друг с другом и с нашими гостями:Доброе утро!Рано утром просыпайсяСебе,людям улыбайсяТы зарядкой занимайся,Обливайся,вытирайся.Всегда правильно питайся,Аккуратно одевайся,В садик смело отправляйся | ХодьбаВзмахи вверх руками к себе, от себяПоворотыПоказ движенийХодьба | 1 мин |
| Процесс планирования | О чём будем сегодня говорить? (Д: о здоровье!)В нашу группу пришло письмо. Хотите узнать от кого оно? Давайте почитаем. Здесь написано: « Жду сегодня в гости всех ребят! Приезжайте непременно, буду рад! Ваш Мойдодыр»Ну, что, принимаем приглашение? Д: Да! |  | 1 мин |
| Процесс осуществления | В: Я предлагаю отправиться вам в «Страну Здоровья» на самолете.Гимнастика Самолет»:Мы садимся в самолет, отправляемся в полёт!Мы летим над облакамиМашем папе, машем мамеОсторожнее: Гора!Приземляться нам пора!- Ребята, знаете, Мойдодыр очень хотел вас увидеть,но не смог долго ждать, у него утром много важных дел Но он оставил вам мешочек.Дидактическая игра: Чудесный мешочек .Молодцы, ребята, все узнали предметы в волшебном мешочке.- А теперь я хочу проверить вашу смекалкуДидактическая игра « Отгадай загадку»Я буду загадывать загадки, а вы мне находить ответ среди предметов, которые вы достали из волшебного мешочка.1. Ускользает как живое,но не выпущу его я, пеной пенится, руки мыть не ленится.(мыло)
2. Пластмассовая спинка, жесткая щетинка, с зубной пастой дружит, нам усердно служит .(зубная щетка)
3. Вытираю я, стараюсь, после ванны паренька. Всё намокло, всё измялось, нет сухого уголка. (полотенце)
4. Хожу, брожу не по лесам, а по усам и волосам. И зубы у меня длинней, чем у волков и медведей. (расческа).
5. Я увидел свой портрет, отошёл – портрета нет. (зеркало)

Молодцы, ребята! Хорошо отгадали мои загадки!А сейчас немного разомнёмся.Физкультминутка «Самомассаж»:Мы погладим нос и щёчки.Будем мы красивыми, как в саду цветочки.,Разотрём ладошки сильнее,сильнееА теперь похлопаем смелее, .Ушки мы теперь потрём и здоровье сбережём.Ой,ребята, посмотрите ,какой интересный рисунок приготовил для нас Мойдодыр. Что на нём нарисовано? (Зубы)- посмотрите, на этой картинке зубик белый, весёлый. А на другой ,зубик темный, грустный. Почему? Правильно, белый зубик радуется, потому что его чистят, кормят здоровой пищей. А темный зубик грустит оттого что его забыли.Давайте вспомним, какие продукты полезные, а какие вредные (можно есть но очень редко) ответы детей.Дидактическая игра « В магазин за покупками» (одна команда покупает полезные продукты, другая вредные)Молодцы!А теперь посмотрите что лежит у меня в вазе?Дети: овощи и фрукты.В: я вам загадаю загадки про овощи и фрукты ,а вы будете отгадывать и рассказывать чем они полезны для нашего здоровья.Дидактическая игра «отгадай загадку»1. Красный нос в землю врос, а зелёный хвост снаружи. Нам зелёный хвост не нужен, нужен только красный нос.

Правильно, морковка. Расскажи нам, Алёна ,чем полезна морковка.А: Помни истину простуюЛучше видит только тот, кто жуёт морковь сырую или сок морковный пьёт.Тот кто много ест морковки – станет сильным, крепким, ловким.В: Так чем же полезна морковь?(ответы детей, показ моркови)1. Лето целое старалась- одевалась, одевалась, а как осень подошла, нам одежду отдала. Сотню одежонок сложили мы в бочонок.

Правильно ,капуста. Расскажи нам Матвей, чем полезна капустаР:Любим мы капусту есть, потому что витаминов в этом овоще не счесть. Кто капусту очень любит тот всегда здоровым будет.В:Так чем же полезна капуста? (дети)3.Сидит дед во сто шуб одет, кто его раздевает, тот слёзы проливает. Правильно, .Иди , Стёпа, покажи нам лучок и расскажи о нём.С:Кто любит лук, вырастает быстро вдруг.В:так чем же полезен лук?Дети: Он защищает от простуды….4.Яркий, сладкий ,наливной, он в рубашке золотой Что это?Дети: апельсин.В: София, расскажи, чем он полезен.С: От простуды и ангины помогают апельсины.В: Теперь мы знаем что нужно обязательно есть овощи и фрукты. В них много витаминов, они помогают нам сохранить наше здоровье и не болеть. (корзина с овощами и фруктами вперемешку)Ой! Что это? Смотрите, здесь овощи и фрукты перемешались, а я хотела сварить борщ и компот. Ребята, помогите мне отобрать в одну корзину овощи а в другую фрукты(дети выполняют работу).В: Мы поговорили о пользе разных продуктов .Дид. Игра « да-нет»Чтобы пища хорошо усваивалась поговорим о культуре питания. Отвечайте на вопросы, если согласны, то хлопайте, если нет, то топайте.(вопросы :моем руки перед едой, едим много сладкого…)Ребята, очень много мы с вами узнали о том как сохранить наше здоровье , вы хорошо занимались и я приготовила вам сюрприз, возвращаемся из страны здоровья и я его покажу, (музыка) Заводим самолёты(Гимнастика « самолёт»)Ну вот , ребята, мы побывали в «Стране здоровья» | Дети приседают«заводят» самолёт, встаютРуки в стороныПо очереди обеими рукамиНаклоны влево, вправоПриседаютДети на ощупь определяют предметы личной гигиены, рассказывают для чего они , и как ими пользоваться. | 22 мин |
|  |  |
|  |  |
| Рефлексия | А вот и мой сюрприз( корзинка с настоящими фруктами)Чтобы быть здоровым, крепким,вам совет даю нехитрый: уважайте вы продукты, ешьте овощи и фрукты. |  | 1мин |