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 просыпайся  Себе,людям улыбайся  Ты зарядкой занимайся,  Обливайся,вытирайся.  Всегда правильно питайся,  Аккуратно одевайся,  В садик смело отправляйся | Ходьба  Взмахи вверх руками к себе, от себя  Повороты  Показ движений  Ходьба | 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 облаками  Машем папе, машем маме  Осторожнее: 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 смекалку  Дидактическая 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,сильнее  А 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 простую  Лучше 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 капуста  Р: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, встают  Руки в стороны  По очереди обеими руками  Наклоны влево, вправо  Приседают  Дети 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 |