Конспект НОД по познавательному развитию в средней группе

«В поисках здоровья».

Выполнили: Хитрова Елена Юрьевна, Семенова Наталья Владимировна.

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

**Задачи**:

1.Образовательные: познакомить детей с понятием «здоровье», развивать умение рассуждать и делать вывод.

2. Развивающие: развивать память, внимание, умение отвечать на вопрос полным предложением.

3.Воспитывающие: воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье, заниматься спортом.

**Предварительная работа**: беседы «Что такое здоровье и из чего оно состоит?», «Чистота – залог здоровья», рассматривание плакатов и дидактических пособий по теме «ЗОЖ», чтение художественной литературы К. Чуковский «Мойдодыр», С. Афонькин «Как победит простуду?», «Зачем делать зарядку?», презентация «Здоровая пища», дид. игра «Полезная и вредная пища».

**Формы организации**: совместная работа с педагогом, работа по подгруппам, самостоятельная деятельность.

**Методы и приемы**: словесные: рассказ воспитателя, вопросы к детям, беседа, объяснение; практическая деятельность детей (рисование); игровой: дид.игра «Полезно-вредно», физкультзарядка.

**Материалы и оборудование**: интерактивная доска с презентацией, гигиен. принадлежности: полотенце, зубная щетка, мыло, расческа, вода в баночке, мочалка, ватные палочки, маникюрные ножницы и др., магнитофон, музыкальная зарядка), красные и зеленые круги по количеству детей,

**Ход НОД**

1. **Вводная часть**.

Звучит спокойная музыка. Воспитатель собирает детей вокруг себя и обращает внимание, что к ним пришли гости.

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, как сегодня у нас много гостей. Давайте поздороваемся!

**Дети**: Здравствуйте!

**Воспитатель:** Ребята, скажите, что значит «здравствуйте»?

**Дети. «**Здравствуйте» означает, что мы пожелали друг другу здоровья. Воспитатель: Правильно. Как вы думаете, что значит быть здоровым?

**Дети**: Быть здоровым это значит быть сильным, не болеть, быть крепким, выносливым, не кашлять, не чихать, закаляться, есть больше овощей и фруктов.

**Воспитатель**: Здоровье - это сила, хорошее настроение, хороший аппетит и т.д.

**Воспитатель**: Ребята, сегодня я вам предлагаю отправиться в путешествие и всем вместе найти ответ на вопрос «Что такое здоровье?».

1. **Основная часть.**

*На интерактивной доске появляются картинки режимных моментов.*

**Воспитател**ь: Ребята, посмотрите на экран. Кто изображен на картинках?

**Дети**: Дети, мальчики и девочки.

**Воспитател**ь: Что делают ребята? Чем заняты?

**Дети**: Просыпаются, кушают, трудятся, играют, спят.

**Воспитатель**: Ребята, скажите, а как называется правильный распорядок труда, отдыха, питания и сна?

**Дети**: Режим дня.

**Воспитател**ь: Правильно, режим дня. Я предлагаю вам расположить на экране в правильном порядке режимные моменты.

*(2 ребенка стилусом выполняют задание на интерактивной доске. Остальные – проверяют)*

**Воспитатель:** Молодцы, все правильно. Режим дня очень важен для человека, а особенно для ребенка. Просыпаться, принимать пищу, заниматься, отдыхать и ложиться спать надо вовремя. Что произойдет с человеком, если нарушится режим дня?

**Дети**: человек будет плохо себя чувствовать, плохо выглядеть, у него будет плохое настроение и т.д.

**Воспитатель**: Конечно. Соблюдение режима дня – это одна из составляющих здоровья. Ребята, наше путешествие продолжается.

*(на экране появляется письмо)*

**Воспитатель**: Ребята, что это? Кто-то прислал нам посылку, письмо. Сейчас мы все узнаем (воспитатель читает письмо)

*Здравствуйте, ребята. Случайно узнал, что вы хотите узнать, что такое здоровье и из чего оно состоит. У меня здоровье есть. Если вы хотите, узнать без чего здоровья не может быть, то закончите предложения. Если вы справитесь с заданием, то ждите меня в гости. С уважением, доктор Айболит*.

**Воспитатель:** Ребята, слушайте внимательно.

*Если вы пришли с прогулки, нужно быстро (вымыть руки).*

*Утром две минутки надо чистить (зубки).*

*Все с водою знаются, утром (умываются).*

**Воспитатель**. Ребята, скажите, а про что вы сейчас отгадывали загадки?

**Дети:** про чистоту, гигиену.

**Воспитатель**. Конечно. Про чистоту. А кто больше всех знает про чистоту и гигиену? Конечно, доктор. Раз вы задание выполнили, то давайте пригласим нам доктора Айболита.

(приходит доктор с чемоданчиком с гигиеническими принадлежностями: мыло, зубная щетка, полотенце, расческа и др.)

**Доктор.** Здравствуйте, дети, родители, воспитатели. Кто-то из вас заболел? Может кто-то чихает? Или может хромает?

**Воспитатель.** Нет, нет, доктор, все здоровы и довольны. Мы вас позвали, чтобы вы проверили что наши дети знают про чистоту и гигиену.

**Докто**р. Я очень рад, что никто не болен. Слушайте внимательно – отвечайте старательно!

1. Почему говорят: Чистота – залог здоровья. (если человек чист и опрятен, то он меньше болеет)

2. Когда нужно мыть руки? (после прогулки, перед и после еды, после туалета, когда грязные)

3. Сколько раз нужно чистить зубы? (2 раза, утром и вечером)

4. Почему плохо быть грязнулей? (плохо выглядит, никто не играет, плохо пахнет)

5. Что нужно делать, чтобы быть чистым? (умываться, мыться в ванне, душе, чисто одеваться, подстригать ногти, чистить зубы, чистить уши)

**Доктор:** молодцы, а помощников гигиены не видели? Поможем их отыскать? - отгадайте загадки найдите эти предметы в моем чемодане и расскажите для чего они нужны.

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).

Мною можно умываться.

Я умею проливаться,

В кранах я живу всегда.  
 Н, конечно, я …. (вода)

**Доктор**. В чемодане еще остались предметы, кто может рассказать, для чего они нужны?

*(вызвать ребенка для задания)*

**Доктор:** Молодцы. Без этих помощников гигиены быть чистым невозможно. Соблюдайте чистоту и будьте здоровы. До свидания.

**Воспитатель**. Полетели дальше.

(*На экране появляются картинки с разными видами спорта)*

**Воспитатель.** Как вы думаете, как можно называть все, что на экране?

**Дети**. Виды спорта, спортивные игры.

**Воспитатель:** конечно, молодцы. Друг за другом назовите, какие виды спорта здесь представлены.

*(дети называют)*

**Воспитатель**. Ребята, а что мы с вами делаем, если немного устали сидеть?

**Дети**: Зарядку!

**Воспитатель.** Ребята, а для чего делают зарядку?

**Дети**: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью, чтобы отдохнуть от работы.

**Воспитатель**. А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте покажем.

( муз. зарядка вместе с родителями)

**Воспитатель.** А что еще кроме зарядки надо делать, чтобы быть здоровым? Дети. Заниматься спортом, гулять на свежем воздухе, играть в подвижные игры, закаляться.

**Воспитатель**: Молодцы, ребята, теперь мы смело можем отправляться дальше.

*(На доске появляется Карлсон, вокруг него много вредной еды)*

**Карлсон:** Здравствуйте, ребята! А у меня для вас гостинцы. Я много чего приготовил – здесь и чипсы, и конфеты и газировка моя любимая.  
**Воспитатель:** Карлсон, а ты разве не знаешь, что в твоих гостинцах много вредной еды. Есть надо продукты богатые витаминами, чтобы быть здоровыми и не болеть. Ребята давайте поможем разобраться Карлсону, где полезные, а где вредные продукты.

Проводится **дидактическая гра «Полезно-вредно». *(У детей в руках два круга (зеленый и красный), если на доске появляется полезный продукт, то дети поднимают зеленый круг, если вредный – красный).***

**Воспитатель.** Ребята, а что делает полезные продукты полезными?

**Дети**: Витамины.

**Воспитатель**. Правильно, витамины. А что такое витамины?

**Дети.** Это вещества, которые делают нас здоровыми, сильными, они борются с вирусами.

**Воспитатель**: Молодцы. Мы с вами нашли еще с одним составляющим здоровья. Это правильное питание.

**Воспитатель:** Да, и наше путешествие по поиску здоровья заканчивается. Скажите из каких больших и очень важных частей состоит наше здоровье? Дети. Режим дня, правильное питание, спорт, чистота.

Воспитатель. Ребята, давайте все вместе, и вы и родители сделаем один большой цветок здоровья. Каждый из вас нарисуйте на лепестке, что надо делать, чтобы быть здоровым.

*(дети и родители рассаживаются за столами и рисуют, затем собирают цветок)***III. Заключительная часть. Рефлексия.**

(воспитатель и дети, родители проверяют все ли правильно нарисовали)

**Воспитатель.** Каждый твердо должен знать:  
Здоровье надо сохранять.  
Нужно правильно питаться,  
Нужно спортом заниматься,  
Руки мыть перед едой,  
Зубы чистить, закаляться  
И всегда дружить с водой.  
И тогда все люди в мире  
Долго-долго будут жить.  
И запомним, что здоровье  
В магазине не купить!

**Воспитатель:** Будьте здоровы!