**Конспект занятия**

**по формированию целостной картины мира**

**(образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»)**

**Тема: «Вперед, на поиски здоровья»**

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическое развитие».

**Цель:** формирование представления детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

*Образовательные:*

1. Формировать представления детей как спорт, гигиена и правильное питание влияют на здоровье человека.
2. Уточнить представления детей о свойствах воздуха с опорой на исследовательское действие.
3. Формировать представления детей отвечать полным предложением.

*Развивающие:*

* 1. Развивать самостоятельность, инициативу в поиске способов решения поставленных задач.
  2. Развивать умения детей делать выводы и умозаключения.

*Воспитательные:*

1. Воспитывать культуру поведения в общении с взрослым и сверстниками.
2. Воспитывать чувства сопереживания, поддержки и помощи другим.

**Целевая аудитория:** средний дошкольный возраст (дети от 4 до 5 лет).

**Место проведения:** групповая ячейка.

**Предварительная работа:** беседа о гигиене, здоровом образе жизни, рассматривание демонстрационного материала на тему: «Соблюдай личную гигиену», выполнение физических упражнений в процессе физкультурных занятий и утренней гимнастики, выполнение дыхательных упражнении, сюжетно – ролевые игры («Больница», «Аптека»), коммуникативные игры («Здравствуй, друг», «Вместе мы друзья»), изготовление атрибутов, изготовление макет солнышка – здоровья, лучики здоровья, подготовка аппаратного обеспечения.

**Словарная работа:** гигиена, эксперимент, воздух, кислород, зарядка, спорт, полезная еда, вредная еда.

**Планируемые результаты:** имеют представления как спорт, гигиена и правильное питание влияют на здоровье человека; знают свойства воздуха; отвечают полным предложением; проявляют самостоятельность, инициативу в поиске способов решения поставленных задач; умеют делать выводы и умозаключения; показывают культуру поведения в общении со взрослым и сверстниками; проявляют чувства сопереживания, поддержки и помощи другим.

**Индивидуальная работа:** разучивание роли лисички с ребенком (воспитанником средней группы).

**Форма проведения:** игра.

**Методы и приемы:** словесный, наглядный, игровой, практический.

**Материалы и оборудование:** аудиозаписи (Kenny G – Moment, в гостях у сказки (начало), магнитная доска, столы, поднос (под карточки - подсказки), стулья, использование загадок, пословиц, макет солнышка – здоровья, лучики здоровья, дидактическая игра «Полезные и вредные продукты», оборудование для эксперимента, карточки с изображениями солнца и тучи.

**Работа с родителями:** изготовление атрибутов.

**Ход НОД**

1. **Вводная часть.**

**Игровая мотивация:**

*Дети под музыку (Kenny G - Moment) входят в групповую ячейку и становятся полукругом.*

Воспитатель: Ребята, давайте поздороваемся друг с другом. Для этого вспомним нашу игру: «Здравствуй, друг».

*Ранее это форма приветствия использовалась в непрерывной образовательной деятельности, поэтому дети знают слова и сопровождают их показом движений.*

Здравствуй, друг! (*Вытягиваю правую руку в сторону)*

Здравствуй, друг! (*Вытягивают левую руку в сторону)*

Становись скорее в круг, (*Берутся за руки, замыкают полукруг и делают круг)*

Мы по кругу пойдем (*Идут по кругу)*

И друзей везде найдем!

*Воспитатель вместе с ребятами проходят и присаживаются на стулья.*

Воспитатель: Ребята, сейчас вы не просто поздоровались друг с другом, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: «Здравствуйте».

*Стук в дверь. Входит грустная лисичка (под музыку «В гостях у сказки»)*

Лисичка: Здравствуйте! Извините.

Воспитатель: Что случилось, лисичка? Кто тебя обидел?

Лисичка: Ребята, я пришла к вам за помощью, что-то я совсем без сил, мне кажется, что я потеряла свое здоровье и не знаю, где его найти. Вы мне поможете? (*Да, мы хотим помочь лисичке)*

**II. Основная часть.**

Воспитатель: Раскрою вам маленький секрет: наше здоровье можно сравнить с солнышком *(обращает внимание всех на макет солнца, который расположен на магнитной доске)*, у которого много лучиков *(показывает карточки, расположенные у доски в виде лучиков солнца).* И чтобы здоровье нашей лисички засияло как солнышко, надо знать, как называются лучи. Но названия потерялись.

Лисичка*:* Как же так, как мне быть? *(Очень волнуется).*

Воспитатель: Не волнуйся, лисичка. Подсказки к лучикам остались. *Воспитатель показывает на подносе карточки – подсказки*. Как будем действовать ребята? *(*Давайте попробуем, используя карточки – подсказки поможем лисичке найти здоровье).

Воспитатель: Соглашусь, ребята, давайте так и поступим.

*Воспитатель берет поднос.*

Воспитатель: Ребята, с какой карточки – подсказки мы начнем? Выбирайте. *Дети выбирают подсказку, с которой следует начать, а затем воспитатель ее зачитывает.*

Первая подсказка - это игра «Правильно, правильно, совершенно верно». Я буду вам говорить маленькие стихотворения, если в них говорится то, что правильно, то вы все вместе говорите: *«Совершенно верно»*, а если в стихотворении говорится о том, что не надо делать, то вы молчите. *Воспитатель начинает читать стихотворения.*

* 1. Чтоб расти и закаляться, надо спортом заниматься. (*«Совершенно верно*»).
  2. Будет пусть тебе не лень, чистить зубы 2 раза в день. *(«Совершенно верно*»).

1. Чтобы зубы не болели, ешь конфеты-карамели. (*Молчат*).
2. Если выходишь зимой погулять, шапку и шарф надо дома оставлять. (*Молчат*).
3. Фрукты и овощи перед едой, очень старательно мой. *(«Совершенно верно»).*
4. Вовремя ложись, вставай и режим дня соблюдай. *(«Совершенно верно»).*
5. Вот еще совет простой, руки мой перед едой. *(«Совершенно верно»).*
6. Если на улице лужа, иль грязь надо туда непременно упасть. (*Молчат*).

*Воспитатель с детьми в ходе игры исправляют ошибки (в случае их появления).*

Воспитатель: Ребята, как можно назвать все действия, которые были перечислены в нашей игре. *(Гигиена)*

Воспитатель: Вот вы и назвали сами первый лучик нашего солнышка -здоровья.

*Обращаясь к одному из детей, воспитатель просит прикрепить лучик и иллюстрацию (изображение предметов гигиены) к солнышку - здоровья.*

Воспитатель: Ребята, ответьте мне полным предложением: почему от соблюдения гигиены зависит наше здоровье? (*Соблюдая личную гигиену, мы защитим наш организм*).

*Воспитатель берет поднос.*

Воспитатель: Ребята, какую теперь карточку – подсказку выбираем? *Дети выбирают. Воспитатель берет с подноса вторую подсказку, которую выбрали дети.*

Воспитатель: Ребята, в карточке описание эксперимента, проведем его и узнаем название второго лучика*.* Ребята, подойдите к столу.

*Воспитатель и дети идут к первому столу, где представлено оборудование для эксперимента.*

Воспитатель: Ребята, какое оборудование находится на столе? *(Трубочки и баночки, где что-то налито).*

Воспитатель: Верно, это емкость с водой и трубочки.

*Воспитатель просит детей взять трубочки и заглянуть во внутрь емкости.*

Воспитатель*:* Что вы там видите? *(Воду).*

Воспитатель: Сейчас мы увидим, кто же там прячется? Опустите каждый свою трубочку в воду и подуйте на нее. Один, два, три, невидимка, из трубочки беги.

Воспитатель: Что вы видите? *(Из трубочки бегут пузырьки).*

Воспитатель:Что за невидимка сидел в трубочке? (*Это воздух*).

Воспитатель: Скажите вы видите воздух вокруг нас? (*Нет, не видим*).

Воспитатель: Значит воздух какой? *(Невидимый, бесцветный)*.

Воспитатель: Ребята, как вы считаете воздух можно поймать, если он не видим? *(Нет)*

*Воспитатель вместе с детьми переходит ко второму столу, где лежит целлофановый пакет.*

Воспитатель: Сейчас проведем еще один эксперимент. Мне нужна помощь, кто мне поможет?

*Воспитатель приглашает одного ребенка.*

Воспитатель*:* Возьми со стола целлофановый пакет, разверни его и хорошо встряхни. Закрути пакет*. В случае затруднения воспитатель помогает ребенку.*

Воспитатель: Что произошло с пакетом? *(Он надулся).*

Воспитатель: Почему? *(Внутри воздух).*

Воспитатель: Что еще можно надуть при помощи воздуха? *(Можно надуть шар, мыльные пузыри, спасательный круг)*.

*Воспитатель*: Это значит, что воздух имеет одну форму? (*Нет, воздух принимает разные формы*).

Воспитатель: Все живое дышит воздухом, который вокруг нас. Каждая клеточка нашего организма, получая свежий воздух, оздоравливается. На зарядке мы всегда выполняем дыхательные упражнения. Какие упражнения мы знаем? *(«Ветер», «Радуга обними меня» и другие*).

Воспитатель: Скажите ребята, а почему мы их выполняем? (В*осстановить дыхание).* Покажем лисичке любое упражнение.

Лисичка: Покажите, я очень хочу сделать дыхательное упражнение.

*Дети предлагают, например, «Ветер».*

*Исходное положение: стоя. Туловище расслаблено, сделать полный вдох носом, втягивая в себя живот, сделать полный выдох, выпячивая живот и рёбра грудной клетки. Задержать дыхание на 3-4 с. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3-4 раза.*

Воспитатель: Благодаря упражнению наш организм обогатился воздухом, который содержит кислород. Ребята, вы догадались как называется второй лучик здоровья? *(Воздух).Обращаясь к одному из детей, воспитатель просит прикрепить второй лучик с иллюстрацией (с изображением воздуха) к солнышку - здоровья «Воздух». Далее воспитатель просит всех детей присесть на стулья. Воспитатель берет поднос и спрашивает:* Какую теперь карточку – подсказку выбираем?

Воспитатель: подсказка, а в ней загадка. Попробуем ее отгадать? *(Да).*

*Воспитатель читает загадку*:

Коль крепко дружишь ты со мной,

Настойчив в тренировках,

То будешь в холод, дождь и зной

Выносливым и ловким *(Спорт).*

Воспитатель:Верно, молодцы!Давайте, подумаем, почему человек должен заниматься спортом? (*Чтобы стать сильным и не болеть).*

Воспитатель:**С**ейчас мы укрепим наше здоровье. И вместе с Лисичкой выполним «Зарядку».

**Физкультминутка**:

Мы ногами - топ, топ,

Мы руками – хлоп, хлоп.

Мы глазами – миг, миг.

Мы плечами – чик, чик.

Раз – сюда, два – туда,

Повернись вокруг себя.

Раз – присели, два – привстали,

Руки к верху все подняли.

Сели, встали, сели, встали,

Ванькой – встанькой словно стали.

Руки к телу все прижали

И подскоки делать стали,

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч!!!

Воспитатель: «Кто спортом занимается, тот силы набирается». Как будет называться наш следующий лучик? Как мы его назовем. (*Третий лучик нашего солнышка будет называться «Спорт»*).

*Обращаясь к одному из детей, воспитатель просит прикрепить лучик и иллюстрацию (с изображением вида спорта) к солнышку - здоровья.*

*Воспитатель просит всех детей присесть на стулья.*

Воспитатель: Теперь перейдем к последнему лучику. Послушайте пословицу: «Хочешь, не хочешь, а есть надо». Как вы понимаете эту пословицу? *(Наш организм должен питаться, пища дает нам энергию и силу, например, мы не сможем делать зарядку, если мы будем плохо есть).*

Воспитатель: Каким должно быть питание? *(Полезное, вкусное и здоровое).*

Воспитатель: Друзья, я вам открою секрет, что многие продукты вкусные, но они не приносят пользы. Вся ли еда полезна для здоровья? *(Нет, не вся)*

Воспитатель*:* Конечно, вы правы. Я предлагаю вам поиграть в игру «Полезные и вредные продукты». Для этого мы разделимся на команды. Каждая команда получит одинаковый наборы карточек продуктов. Первой команде из всех карточек нужно выбрать только полезные продукты, а второй команде - только вредные продукты. *Ребята выполняют задания по группам. Затем воспитатель предлагает поменяться ребятам местами для проверки друг друга и, если есть ошибки исправить их.*

Воспитатель: Ребята, поиграв в игру скажите, какие вы выбери продукты для правильного питания? (*Полезные продукты, в них много витаминов*).

Воспитатель: Молодцы, ребята. Придумайте название четвертому лучику здоровья (*Полезные продукты).*

*Обращаясь к одному из детей воспитатель, просит прикрепить лучик и иллюстрацию (с изображением полезных продуктов) к солнышку - здоровья.*

Воспитатель: Ребята, посмотрите, как засияли и засверкали наши лучики здоровья. Лисичка мы помогли тебе найти твое здоровье?

Лисичка: Да, спасибо вам, ребята, вы мне очень помогли!

*Лисичка прощается с детьми и уходит под музыку («В гостях у сказки»)*

**III Итог занятия.**

Воспитатель: Ребята, что мы с вами сегодня делали? (Мы помогали лисичке найти ее здоровье).

Воспитатель: Что нужно нашему организму, чтобы быть здоровым? (*Соблюдать гигиену, дышать свежим воздухом, заниматься спортом и правильно питаться).*

Воспитатель: Понравилось ли вам, как мы справились со всеми заданиями? *(Да, нам очень понравилось).*

Воспитатель: Теперь лисичка будет здоровой. И в этом помогали вы: Даша и Эвелина быстрее всех отгадали загадку, Иман, Эмилия и Кирилл быстрее всех нашли полезные продукты, а Дина помогла правильно провести эксперимент.

Воспитатель: Ребята, если вам было интересно и у вас все получилось, то возьмите карточку с изображением «солнца*»*, а если вы испытывали трудности, тогда карточка с изображением «тучи».

*Воспитатель предлагает детям взять с подноса, на котором лежат карточки с изображениями солнца и тучи.* Я очень рада что у всех в руках «солнце». Молодцы! Спасибо Вам!

**Используемая литература:**

* 1. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
  2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 (ред. от 21.01.2019) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
  3. Борисова, Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками [Текст] / Е.Н. Борисова. – Волгоград: Панорама, 2017. – 112 с.
  4. Новикова, И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников [Текст] / И.М. Новикова. - М.: Мозаика - синтез, 2018. – 96 с.