

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 106**



**Конспект непосредственно  
образовательной деятельности  
«Волшебная страна Здоровье»**

**Средняя группа**

**Автор: Иванова  
Наталья Михайловна,  
воспитатель**

**Рыбинск, 2012**

## **Конспект непосредственно образовательной деятельности по ознакомлению с миром природы в средней группе «Волшебная страна Здоровье»**

**Образовательная область:** Познавательное развитие.

**Цель:** Создать условия для формирования представлений у детей о здоровом образе жизни, как одной из главных ценностей жизни.

**Задачи:**

**Обучающие:** выделять правила навыков культурно-гигиенического поведения; закреплять полученные знания о значении витаминов, выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь.

**Развивающие:** развивать желание следить за своим здоровьем; простейшие приёмы само оздоровления.

**Воспитательные:** воспитывать интерес к здоровью; желание помогать себе и окружающим.

**Виды деятельности:** коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора, двигательная, музыкальная, игровая.

**Словарная работа:** будем заниматься, массаж, будем играть, болит живот, зубы, морковь, яблоко, тыква, черника, глаза.

**Материал:** «Чудесный мешочек», предметы личной гигиены (мочалка, зубная щетка, мыло, расческа, полотенце, иллюстрации с массажем, иллюстрации овощей и фруктов, тоннель.

**Предварительная работа:** чтение книг «Мойдодыр» К. Чуковский ; «Вредные привычки» Г. Остер; беседы «Что такое здоровье» просмотр иллюстраций на тему «Моё здоровье-мое богатство».

**Ход НОД**

**Вводная часть**

*Воспитатель:*

Я гулять иду – в платке,

В тёплых рукавицах.

Кошка Мурка – налегке,

Ветра не боится.

И зимой она, и летом,

Всюду ходит босиком,  
И при всём, при всём при этом  
Грипп ей вовсе не знаком.  
И ангины нет у кошки,  
И бронхита тоже нет,  
Потому что, закаляться  
Начинала с детских лет.

*Воспитатель:* Как вы думаете, о чем мы сегодня поговорим? (о здоровье)  
*Воспитатель:* Ребята нам с вами надо научиться самим заботиться о своем здоровье.

«Минутка дружбы»

Собрались все дети в круг,  
Я – твой друг и ты – мой друг.  
Вместе за руки возьмемся  
И друг другу улыбнемся!  
(Дети становятся в круг, держатся за руки  
Дети проговаривают слова вместе с воспитателем)

**Основная часть**

*Воспитатель:* Сегодня ребята я хочу вам предложить отправиться в одно загадочное место, которое называется «Волшебная страна здоровья».

Только вы скажите мне:  
Путь к загадочной стране,  
Где живет здоровье ваше,  
Все ли знают? Дружно скажем...  
Только смелый и упорный  
Доберётся к цели бодро  
А еще в дороге нужно  
Знать секреты прочной дружбы.

*Воспитатель:* Ребята посмотрите, у меня здесь есть тоннель. В этот тоннель мы проползём и сразу окажемся в волшебной стране. Дети проползают на четвереньках через тоннель.  
Звучит музыка (весёлая, бодрая)

Станция «Утренняя»

-Ой, ребята, посмотрите какая грязная куколка сидит.

Грязь на щёчках и на лбу  
Грязь на шее на носу.  
Очень стыдно быть такой,  
Ты пойдя лицо умой!

*Воспитатель:* Ребята, а вы знаете, что делать, чтобы выглядеть чисто и аккуратно? Давайте мы сейчас это все расскажем куколке. А поможет нам «Чудесный мешочек»

Дети на ощупь угадывают и называют предметы гигиены: мыло, мочалку, расчёску, полотенце, зубную щетку.

*Воспитатель:* А сейчас возьмемся друг за друга, сделаем «паровозик» и поедим путешествовать.

Станция «Спортивная»  
Динамичная пауза «Зарядка»

Чтоб головка не болела,  
Ей вращаем вправо-влево.  
(Вращение головой.)  
А теперь руками крутим—  
И для них разминка будет.  
(Вращение прямых рук вперёд и назад.)  
Тянем наши ручки к небу,  
В стороны разводим.  
(Потягивания — руки вверх и в стороны.)  
Повороты вправо-влево,  
Плавно производим.  
(Повороты туловища влево и вправо.)  
Наклоняемся легко,  
Достаём руками пол.  
(Наклоны вперёд.)  
Потянули плечи, спинки.  
А теперь конец разминке.  
-Едим дальше.

Станция «Неболейка»

Рассуждение воспитателя и детей на тему: «Здоровье»

Каких друзей нашего здоровья вы знаете?

Почему грязнули и неряхи часто болеют?

Какие водные процедуры ты делаешь по утрам?

-А чтобы нам не простудиться для профилактики нужно делать самомассаж

Воспитатель показывает, дети повторяют

-А сейчас скорей все в поезд.

Станция «Витаминка»

*Воспитатель:* Ребята, а что ещё делать чтобы быть здоровым?

*Воспитатель:* Нужно правильно питаться. А вот какие продукты полезны, а какие вредны? Узнаем, если поиграем.

Д/и «Полезно или нет? »

Воспитатель объясняет правила игры, раздает карточки с изображением продуктов полезных и вредных.

Помогает, объясняет, почему нельзя есть чипсы, вредную еду, почему сладкое нужно есть умеренно.

*Воспитатель:* Едем дальше.

Станция «Зоркий глаз»

*Воспитатель:* Ребята, а что ещё можно кушать, чтобы глазки наши хорошо видели?

*Воспитатель:* Правильно надо есть: морковь, яблоки, чернику, тыкву. (показываю картинки с изображением овощей и фруктов)

*Воспитатель:* Чтобы сохранить здоровыми свои глазки, мы с вами сделаем гимнастику для глаз.

Глазкам нужно отдохнуть (*Ребята закрывают глаза*)

Нужно глубоко вздохнуть (*Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты*)

Глаза по кругу побегут (*Глаза открыты. Движение зрачком по кругу, по часовой и против часовой стрелки*)

Много-много раз моргнут (*Частое моргание глазами*)

Глазкам стало хорошо (*Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз*)

Увидят мои глазки все! (*Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка*)

*Воспитатель:* Мы с вами выяснили, что по утрам надо умываться, делать зарядку, узнали как можно избежать простудных заболеваний, что надо кушать чтобы не болел живот и видели хорошо наши глазки.

*Воспитатель:* Наше путешествие продолжается. Едим дальше.

Станция «Улыбка»

*Воспитатель:* Что надо делать чтобы не болели наши зубки? Отгадайте загадку:

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит.

- А ещё мы знаем что:

1. чистить зубы утром, вечером
2. полоскать рот после еды
3. нужно кушать больше овощей и фруктов
4. нельзя грызть зубами орехи

*Воспитатель:* Вот мы и погуляли по волшебной стране «Здоровья», пора возвращаться. Как мы попадём назад в детский сад? (пройти по тоннелю)

Звучит музыка (весёлая, бодрая)

Дети проползают на четвереньках по тоннелю.

***Заключительная часть***

*Воспитатель:* Дети, где мы сегодня побывали? Что нового вы узнали? Что вам больше понравилось? Чтобы быть здоровым, нужно следить за чистотой, что ещё нужно делать?

Ведь недаром говорится: «Чистота — залог здоровья».