**Конспект занятия из познавательного цикла**

**«Забочусь о своём  здоровье»**

|  |
| --- |
| **«Научим Мишутку заботиться о своём здоровье»**   Цель: развитие у детей младшего дошкольного возраста навыков и умений в вопросах здоровье сбережения.  **Программное содержание:**   1. Закреплять представления детей о допустимых способах укрепления и сохранения здоровья *(утренняя гимнастика, прогулка на свежем воздухе, употребление в пищу овощей и фруктов, витаминов)*. 2. Упражнять в различении некоторых овощей *(чеснок)* и фруктов *(яблоко)* с участием анализаторов *(обоняние и вкус)*. 3. Способствовать активизации словаря детей через употребление слов – разных частей речи. Развивать диалогическую форму речи *(понимание обращённой речи, ответы на заданные вопросы)*. 4. Продолжать учить рисовать ватной палочкой методом ***«тычка»*** *(****«витамины»****)*, располагая изображение по всему силуэту. 5. Воспитывать желание заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих.   Материалы и оборудование: мультимедийный проектор-экран, мультимедийная презентация, игрушка Медвежонок, ширма, головка чеснока, яблоко, тарелка, салфетки, баночки для запаха чеснока, зубочистки по количеству детей для кусочков яблок, баночка с витаминами; ватные палочки по количеству детей, подставки, гуашь, салфетки, силуэты баночек.  **Ход занятия:**  **Организационный момент:**  Воспитатель: Ребята вставайте в круг.  Раз ладошка, два ладошка. Подружись со мной немножко. Мы ребята дружные, Дружные, послушные.  Доброе утро! Вы проснулись?  Дети: Да!  Воспитатель: Вы друг другу улыбнулись?  Дети: Да!  Воспитатель: Сегодня к нам пришли гости. И я предлагаю улыбнуться гостям и поздороваться с ними.  *(дети улыбаются и здороваются с гостями)*  Игровой приём: за ширмой кряхтит Медвежонок.  Воспитатель: Кто же это может быть? *(из-за ширмы появляется Медвежонок)*. Здравствуй, Мишутка! Как хорошо, что ты к нам пришёл!  Мишутка: *(покашливает)* – Здравствуйте, ребята!  Воспитатель: Мишутка, споёшь нам весёлую песенку или поиграешь в игру?  Мишутка: Нет, не хочу *(покашливает)*.  Воспитатель: Ребята, что же случилось с Мишуткой, как вы думаете?  *(предположения детей)*.  Воспитатель: Правильно, Мишутка простудился. Ребята, как вы думаете, почему Мишутка заболел?  *(предположения детей)*.  Воспитатель: Мишутка, а ты знаешь, как надо заботиться о своём здоровье? *(Мишутка качает головой)*. Тогда слушай и смотри внимательно. Мы с ребятами тебе расскажем и покажем, что надо делать, чтобы не болеть. А помощником нам будет наш волшебный экран *(обращает внимание на мультимедийный экран, который издаёт волшебный звук)*.  **Рассказ о способах укрепления и сохранения здоровья:**  Воспитатель: *(обращает внимание детей на экран – слайд №1 –****«Утренняя зарядка»****)* Посмотрите внимательно и скажите мне, что делают дети?  Дети: Детки делают зарядку.  Воспитатель: Правильно! А мы с вами, когда делаем зарядку?  Дети: Утром, когда приходим в детский сад.  Воспитатель: Правильно! А давайте покажем Мишутке нашу ***«Весёлую зарядку»***? Вставайте удобно, чтобы друг другу не мешать, начали.  **Физминутка:**  Спинка ровно, плечи шире! Начинаем: три – четыре! Шею разомнём сейчас: покиваем пару раз. Вправо глянем, влево глянем. Подбородок вверх потянем. Ну-ка с пятки на носок покачаемся чуток!  Мы на цыпочки привстанем и ладошки вверх потянем. А потом наклон вперёд. Кто до пола достаёт? Руки мы на пояс ставим и всем корпусом вращаем. Ноги шире, крепко стой. Повращаем всей рукой.  Раз, два, три – меняем руку! И ещё разок по кругу! Поиграем в попрыгушки! Ну-ка скачем как лягушки! Молодцы! Мы так старались. Хорошо позанимались! Быть здоровыми хотим – завтра снова повторим!  Воспитатель: Мишутка, ты запомнил, что надо делать, чтобы быть здоровым? Надо делать зарядку по утрам!  Мишутка: Да, спасибо! Постараюсь выполнять это правило здоровья!  Воспитатель: *(предлагает детям посмотреть на следующую картинку на экране – слайд №2 –****«Прогулка»****)* Кто изображён на этой картинке?  Дети: Детки.  Воспитатель: Что делают мальчики и девочки?  Дети: Лепят снеговика, катаются на коньках, лыжах, на санках с горки, гуляют на улице.  Воспитатель: Правильно. Мы с вами тоже каждый день выходим на прогулку. Что мы делаем на прогулке?  Дети: гуляем, играем …  Воспитатель: А ещё мы на прогулке дышим свежим воздухом. Чем мы дышим?  Дети: Носом.  Воспитатель: Правильно. Давайте покажем Мишутке, как надо правильно дышать *(делаем дыхательную гимнастику)*: рот закрыт, делаем вдох через нос, выдох, а чтобы носик дышал лучше полезно такое упражнение: дышим одной ноздрёй, а потом другой *(повторить 2 раза)*. Молодцы!  Воспитатель: Мишутка, запомнил гимнастику?  Мишутка: Да.  Воспитатель: Выполняй её каждый день.  Воспитатель: А ещё носик умеет разные запахи различать. Ребята, попробуем запах одного секрета здоровья угадать? *(воспитатель предлагает детям подойти к столу, на котором стоят баночки с запахом чеснока; дети нюхают)*.  Воспитатель: Догадались, что это?  Дети: Чеснок.  Воспитатель: Правильно! Это чеснок *(на экране появляется картинка чеснока – слайд № 3)*. Давайте дадим Мишутке понюхать? *(Мишутка нюхает, бррр, качает головой)*.  Воспитатель: Мишутка, чеснок очень полезный овощ *(открывает салфетку, на тарелке головка чеснока)*. Ребята, расскажите Мишутке, почему надо кушать чеснок? *(ответы детей)*.  Воспитатель: Правильно! Чеснок содержит полезные вещества, которые защищают наш организм от микробов, запомни Мишутка!  Воспитатель: Ребята, скажите мне, а фрукты полезны для здоровья?  Дети: Да.  Воспитатель: Какие фрукты вы знаете?  Дети: перечисляют фрукты, а на экране показываются названные фрукты – слайд № 4, слайд №5 – ***«Корзинка с фруктами»***.  Воспитатель: *(воспитатель предлагает детям подойти к столу, на котором нарезано яблоко)* У меня на тарелочке тоже есть фрукт. Попробуйте угадать его на вкус? Только сначала Мишутке дадим попробовать.  Воспитатель: Угощайся, Мишутка, пожалуйста! *(Медвежонок пробует причмокивая)*.  Воспитатель: Угадал, Мишутка, что это за фрукт? *(Мишутка качает головой)*. Пусть теперь ребята попробуют угадать. Закрывайте глаза, открывайте ротик *(воспитатель даёт детям по кусочку яблока)*.  Воспитатель: Догадались, что это за фрукт?  Дети: Яблоко!  Воспитатель: Правильно! Это яблоко! *(воспитатель обращает внимание детей на экран, на котором появляется изображение яблока – слайд №6 –****«Яблоко»****)*. Яблоко – это фрукт, а фрукты очень полезны для здоровья, т.к. в них содержится много витаминов. Запомнил, Мишутка?  Мишутка: Да!  Воспитатель: *(показывает баночку с витаминами)* Как вы думаете, что в этой баночке?  Дети: Витамины.  Воспитатель: Правильно, витамины. Они полезны для здоровья. Мы каждый день по одной витамине принимаем.  Воспитатель: Может быть подарим Мишутке баночку витамин? *(говорит и открывает баночку)*.  Дети: Да.  Воспитатель: Да их же тут совсем мало! *(показывает детям высыпая на тарелочку)*. Что же нам делать?*(предложения детей)*. Может, мы нарисуем Мишутке витамины?  Дети: Да.  Воспитатель: *(предлагает детям подойти к столам для рисования)*.  **Подготовка к рисованию, продуктивная деятельность детей:**  Воспитатель: Посмотрите, на столах есть баночки. На них и будем рисовать витамины. А чем мы будем рисовать?  Дети: Ватными палочками.  Воспитатель: Возьмите палочку и сначала разомнём наши пальчики.  **Пальчиковая гимнастика:**  Ватной палочкой играем Дружно пальчики вращаем. Пальчики и палочки – Наши выручалочки  Воспитатель: А теперь попробуем сначала без краски нарисовать витамины *(воспитатель комментирует: палочка прыгает, как мячик, по всей баночке будем рисовать)*.  Воспитатель: Теперь обмокните палочку в краску – и рисуйте витамины *(во время работы можно спросить у детей: какого цвета витамины? Какой они формы? Напомнить, что витамины надо рисовать по всей баночке, их должно быть много)*.  Воспитатель: Молодцы! Как хорошо у вас получилось! А теперь возьмите баночки, отнесите их Мишутке *(дети располагают рисунки на столе перед ширмой)*.  Воспитатель: Молодцы, ребята, сколько много теперь у Мишутке баночек с витаминами *(на экране появляется слайд № 7 –****«Баночка витамин»****)*.  **Анализ занятия:**  Воспитатель: Ребята, чему мы сегодня Мишутку учили?  Дети: Заботиться о здоровье, чтобы не болеть.  Воспитатель: Правильно. А давайте ещё раз повторим для Мишутки, что надо делать, чтобы не болеть? А ты, Мишутка, слушай и запоминай! *(воспитатель обращает внимание детей на экран, на котором появляются картинки-подсказки – слайд № 8 –****«Утренняя зарядка»****,****«Прогулка»****,****«Чеснок»****,****«Фрукты»****,****«Баночка витамин»****)*.  Дети: Делать зарядку, больше гулять на свежем воздухе, кушать чеснок и фрукты, принимать витамины – по одной в день.  Воспитатель: Запомнил, Мишутка?  Мишутка: Спасибо, ребята! Я постараюсь выполнять ваши советы, чтобы не болеть и всем своим друзьям лесным расскажу. Мне пора уходить, но на прощанье я хочу с вами поделиться витаминами *(воспитатель, незаметно, достаёт из-за ширмы баночку с витаминами)*. Будьте здоровы! До свидания, ребята!  Дети: До свидания, Мишутка!  Воспитатель: Будьте здоровы ребята! Вы сегодня молодцы! Похлопаем в ладоши, похвалим себя дети хлопают в ладоши и прощаются с гостями). |