**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учереждение**

**«Детский сад «Светлячек»»**

**Конспект открытого занятия по познавательному развитию в средней группе «Здоровье – высшее благо».**

**Выполнила:**

Сеченина Регина Алексеевна

**Новочебоксарск 2022г.**

**Тема:** «Здоровье – высшее благо».

**Цель:** формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

Образовательные: подводить детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье.

Развивающие: развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни;

познавательную и речевую активность детей, внимание, память, мышление, мелкую моторику пальцев рук.

Воспитательные: воспитывать у детей правильное отношение к здоровью, желание и умение работать в коллективе;

создавать психологический комфорт, положительный эмоциональный настрой.

воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, стремление вести здоровый образ жизни.

**Материалы и оборудование:** костюм Витаминки, зеркало, игрушки и муляжи полезных и неполезных продуктов, две корзины, картинки продуктов в которых содержатся витамины, мячи по количеству детей, картинки о правилах личной гигиены, чемодан, проектор, презентация с предметами личной гигиены, музыкальный проигрыватель, зубные щетки и картинки с зубами по количеству детей (для практической деятельности).

**Предварительная работа:** Соблюдение режимных моментов. Чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр», стихотворения А. Барто «Девочка чумазая». Отгадывание загадок о предметах личной гигиены. Беседа с детьми о витаминах, закрепление знаний об овощах и фруктах.

**ХОД Занятия:**

1. **Организационный момент.**

Дети заходят в группу.

Воспитатель:

- Здравствуйте ребята!

Дети:

**-** Здравствуйте.

Воспитатель:

- Здравствуйте - волшебное слово, людям дари его снова и снова.

- Ребята, а вы знаете что мы сейчас не просто поздоровались, а пожелали всем крепкого здоровья потому, что «здравствуйте» произошло от слова здравие, здоровье.

- Давайте сделаем с вами круг дружбы. (Садятся на коврик в кружок)

- Ребята, а как вы думаете, что значит быть здоровым?

Дети:

- Когда не болеешь, когда хорошее настроение, когда хочется играть…

Воспитатель:

- Хорошо, а скажите пожалуйста, как вы считаете, что на свете дороже всего?

Дети:

- Мама, золото, деньги…

Воспитатель:

- У меня есть волшебное зеркало давайте в него заглянем, может оно подскажет?

Дети:

- Давайте.

Воспитатель:

- Что же или кого вы увидели в зеркале?

Дети:

- Себя…

Воспитатель:

- Ребята, скажите ведь хорошее настроение у человека тогда, когда он здоров?

Дети:

**-** Да.

Воспитатель:

- А когда он здоров, то хочется играть, веселиться, гулять, резвиться и даже немножечко баловаться?

Дети:

- Да.

Воспитатель:

**-** Тогда получается, что здоровье дороже всего на свете! Ваше здоровье, здоровье ваших мам, пап, бабушек, дедушек.

Дети:

- Да, здоровье.

Воспитатель:

- Ребята, а как вы думаете надо ли беречь свое здоровье или нет?

Дети:

- Надо.

Воспитатель:

- Конечно надо и сегодня мы с вами будем учиться беречь свое здоровье. Вы любите путешествовать?

Дети:

- Да.

Воспитатель:

- Тогда закрываем ручками глазки и переносимся в страну Здоровья.

(В этот момент звучит волшебная музыка превращения, а воспитатель надевает халат и шапочку Витаминки)

1. **Основная часть.**

Витаминка:

- Здравствуйте дети!

Дети:

**-** Здравствуйте.

Витаминка:

**-** Как вы думаете кто я?

Дети: варианты детей.

Витаминка:

**-** Я внучка доктора Айболита – Витаминка. Ваш воспитатель рассказал мне, что вы хотели побывать в стране Здоровья чтобы научиться беречь свое здоровье, и покататься на волшебном паровозе. Хотели бы?

Дети:

- Да.

Витаминка:

- Отлично, а я хочу вам в этом помочь. Давайте начнем наше путешествие?

Дети:

- Давайте.

Витаминка:

- Тогда садимся в волшебный паровоз и поехали! Ту-ту!

- Ой-ой, я забыла, ведь мама просила меня купить полезных продуктов на обед. А вы знаете где продаются продукты?

Дети:

- В магазине.

Витаминка:

- Отлично, тогда едем в магазин, это и будет наша первая остановка.

(Дети строятся паровозиком друг за другом и едут в магазин)

- Ребята, а вы знаете, что продукты бывают полезные и вкусные, а бывают только вкусные?

Дети:

- Да, знаем…

Витаминка:

- Тогда помогите мне пожалуйста набрать в одну корзину полезных продуктов, а в другую вкусных.

(Дети по очереди берут в одну руку полезный, а в другую вкусный продукт и относят их по корзинам)

Витаминка:

- А теперь давайте проверим все ли правильно мы сделали.

- Молодцы, вы меня очень порадовали тем, что все верно разложили.

- Ребята, а что делать если мы ели полезные продукты, но все равно заболели?

Дети:

- Идти к доктору.

Витаминка:

- Умнички. Тогда спешим на вторую остановку, которая называться «Кабинет доктора Пилюлькина».

(Дети строятся паровозиком и едут к кабинету)

- От болезней и ангины нам помогут …

Дети: договаривают слово – витамины.

Витаминка:

- А для чего нам нужны витамины?

Дети:

- Чтобы не болеть.

Витаминка:

- Ребята, а вы знаете, что разные витамины «живут» в разных продуктах?

Дети:

- Да, знаем.

Витаминка:

- Хочу предложить поиграть в игру. Я вам буду показывать продукты и называть витамин который в них содержится, а вы говорите для чего он полезен.

- Морковь, в ней живет витамин «А». (Для глаз)

Дети: варианты детей.

Витаминка:

- Апельсин, витамин «С». (Защищает от вирусов)

Дети: варианты детей.

Витаминка:

- Овсяная каша, витамин «В». (Для сердца)

Дети: варианты детей.

Витаминка:

- Яйца, витамин «Е». (Для кожи)

Дети: варианты детей.

Витаминка:

**-** Молодцы, ребята! Теперь мы будем здоровыми и сильными. Но чтобы быть сильными нужно не только кушать, но и…

Дети:

- Тренироваться, заниматься спортом…

Витаминка:

**-** Умнички! Отправляемся на остановку – «Физкультминутка».

(Витаминка достает корзину с мячами, дети берут по одному мячу, и выполняют движения по тексту)

Я мячом круги катаю,

Взад-вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку,

А потом сожму немножко

Каждым пальцем мяч прижму

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк –

Мяч летаем между рук.

- Молодцы ребята. Мы с вами прошли столько станций, чему мы научились?

Дети:

- Выбирать правильные продукты, пить витамины, делать зарядку.

Витаминка:

- А что еще нужно делать чтобы быть здоровыми?

Дети:

**-** Мыть руки, умываться, чистить зубы…

Витаминка:

- Правильно, соблюдать гигиену. И мы отправляемся на последнюю станцию «Чистюля».

(Дети строятся паровозиком и едут на последнюю станцию)

- Ребята предлагаю вам отгадать загадки:

1. Когда со мною умываются,

         То слезы проливаются. (Мыло)

1. Зубов много, а ничего не ест. (Расческа)
2. Хвостик - из кости,

А на спинке - щетинка. (З/щетка)

Витаминка:

- Ой, ребята смотрите на столе лежит волшебный чемодан, давайте мы с вами присядем и посмотрим, что в нем.

(Дети садятся на стулья, а Витаминка открывает чемодан и достает оттуда по очереди, зубные щетки и картинки с зубами)

Витаминка:

- Ой, а вы знаете что это?

Дети:

- Зубные щетки.

Витаминка:

- А зачем они?

Дети:

- Чистить зубы.

Витаминка:

- А вы умеете чистить зубы?

Дети:

- Да.

Витаминка:

- Хотите показать мне как это делать?

Дети:

**-** Да, хотим.

(Витаминка раздает детям зубные щетки и картинки с зубками. Дети чистят зубы, звучит музыка про зубную щетку)

Витаминка:

**-** Молодцы, какие теперь чистые зубки стали! Ребята, вы меня порадовали тем, что умеете чистить зубки, теперь я точно буду знать, что ваши зубки всегда будут чистыми!

- Наше путешествие подходит к концу, нам пора отправляться в группу.

(Дети строятся паровозиком и едут в детский сад (туда от куда началось путешествие), садятся на коврик)

Витаминка:

**-** Мне пора с вами прощаться, но пообещайте, что обязательно приедете ко мне в гости.

Дети:

- Конечно приедем.

Витаминка:

- До свидания, ребята!

Дети:

**-** До свидания!

(Дети закрывают глазки руками, звучит музыка волшебного превращения, воспитатель снимает наряд Витаминки)

1. **Рефлексия.**

Воспитатель:

- Ребята, а я вас здесь заждалась, расскажите где вы сегодня были?

- А кого вы видели в стране Здоровья?

- Что вам понравилось в стране Здоровья? Почему?

- Что нового вы узнали из вашего путешествия?

- А какое у вас сейчас настроение?

- Ребята, я хочу пожелать вам, чтобы вы были здоровыми, веселыми, красивыми. Молодцы!