



«Я хочу здоровым быть!»

конспект занятия по познавательному развитию
[ребенок и окружающий мир]



ПЕДАГОГ: Телегина Светлана Андреевна

Образовательная область: познавательное развитие

Возрастная группа: средняя

Интеграция образовательных областей: познавательное, речевое, социально- коммуникативное, физическое

Тема: «Я хочу здоровым быть!»

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни у детей 4-5 лет

Задачи:

Образовательные:

Дать представление (обобщить представления) о здоровых привычках (питание, гигиена, физическая нагрузка). Показать необходимость их выполнения посредством простого опыта. Закреплять названия и признаки овощей и фруктов. Продолжать формировать умение соотносить геометрическую фигуру и форму предмета. Активизировать и актуализировать словарь по теме.

Развивающие:

Развивать познавательную мотивацию, воображение, творческую активность, связную речь, умение использовать обобщающие слова.

Воспитательные:

Развивать интерес к здоровому образу жизни.


Материалы и оборудование: муляжи овощей и фруктов, 2 корзинки, шапочка врача, очки, аптечка, прозрачный медицинский гель, влажное полотенце, 4 четверти круга с изображением 3 здоровых привычек (гигиена, активный образ жизни, правильное питание) и улыбки. Элементы плоскостного конструктора Г.В Урадовских, большая рабочая поверхность для работы на доске, «рабочие поверхности», раскраски по количеству детей.



Словарная работа: «здоровье», «болезнь»

Предварительная работа: беседы о здоровье и здоровом образе жизни, закрепление знаний о геометрических фигурах, классификация понятий «овощи», «фрукты».

Организационный момент, начало занятия, включающее:

- Приветствие, словарная работа
- Сбор информации о знаниях детей о ЗОЖ

| Деятельность детей | Деятельность педагога | Примечания |
|---|---|--|
| Входят в группу, встают в круг. | -Здравствуйте! Я очень рада всех вас видеть! Подходите ко мне, давайте сделаем круг. Давайте и вы друг с другом поздороваетесь. Саша, скажи Маше: Здравствуй, Маша! Петя, скажи Насте-здравствуй, Настя! | Можно здороваться, передавая мяч по кругу |
| Дети здороваются друг с другом. | Отлично. А вы знаете, что такое «здравствуй»? Это значит, я желаю тебе здоровья! Тебе- Петя, тебе- Маша. А что значит -быть здоровым? |  |
| Не болеть. Хотим! | Вы хотите быть здоровыми? И я здоровой быть хочу! Давайте эти слова повторим все вместе. | |
| Я здоровым быть хочу! | А кто нам помогает быть здоровыми и не болеть? Кто нас лечит? | |
| Врач | Совершенно верно! Так-так, дорогие мои! Очень рада вас видеть. Я доктор и я знаю, как вас лечить, ставить прививки, я знаю все о лекарствах. Но еще я знаю, что никакие лекарства не помогут, если человек не будет соблюдать правила. А вы их знаете? Запутались? А хотите узнать? | |
| Ответы детей -правила ЗОЖ | Мы зарядкой заниматься начинаем по утрам, чтобы реже обращаться за советом к докторам! А вы делаете зарядку? Давайте потренируем свои мышцы! Каждый день у нас, ребятки, начинается с зарядки. Руки в стороны и вниз. Все присели, поднялись. И девчонки, и мальчишки побежали все вприпрыжку! | |
| Выполняют упражнения по показу воспитателя. | Если мы не будем двигаться, правильно прыгать и бегать, наши мышцы не будут расти, и мы будем слабыми. Но мы же хотим быть здоровыми? Значит, мы будем стараться, будем спортом | <p>(Поворачивается спиной к детям, надевает шапочку и очки)</p> <p>Достает из аптечки первую четверть круга (зарядка), закрепляет на планшете.</p> <p>Выполняет упражнения по тексту</p> |

| | | |
|---|--|---|
| <p>Присаживаются на стульчики.</p> <p>Протягивают руки для рукопожатия, с удивлением рассматривают невидимый гель на руках.</p> <p>- Перед едой!</p> <p>Огурец!</p> | <p>заниматься! Присаживайтесь на стульчики. Вот и молодцы!</p> <p>А второе правило касается ваших рук. Может, кто-нибудь догадался? Руки с мылом надо мыть, Чтоб здоровенькими быть А зачем это делать? Я предлагаю вам провести медицинский эксперимент! Я сейчас пожму вам руки. Что такое? Что у вас на руках? На самом деле это специальный медицинский гель, он невидимый. Так и микробы - они невидимы, но они есть! Поэтому руки обязательно надо мыть, чтобы смыть микробов. А когда мы моем руки? Руки мыть нужно часто, но особенно важно перед едой.</p> <p>Руки у нас теперь чистые. И мы можем перейти к третьему правилу. Чтоб здоровым оставаться- Нужно правильно питаться! В чистые руки по одной штуке! Что у вас в руках? Миша, что у тебя в руках? Настя, а у тебя что? Петя? А как одним словом можно назвать огурец, помидор, баклажан, чеснок, морковь? А теперь у кого в руках овощи- подходят ко мне и кладут свой овощ</p> |   <p>Вывешивает вторую четверть круга с «гигиеной».</p> <p>Незаметно наносит медицинский гель на руки и пожимает руки детям</p> <p>Вывешивает третью четверть круга «здоровое питание»</p> |
|---|--|---|

| | | |
|--|---|---|
| <p> Помидор! Баклажан! Овощи! Кладут овощи в корзинку. Яблоко! Апельсин! Слива! Фрукты! Кладут фрукты в корзинку Оранжевый! Круглый! Называют фрукты, которые показывает воспитатель </p> | <p> в корзинку. Присаживайтесь на места. Петя, что у тебя в руках? Вася, а у тебя? Наташа, а у тебя? А как это можно назвать одним словом? Апельсин, сливу, яблоко, грушу, лимон? А сейчас мы положим в корзинку фрукты. Кушать овощи и фрукты необходимо для того, чтобы быть здоровым. А что мы можем с вами приготовить из фруктов? А компот можем сварить. Я предлагаю собрать фрукты на компот. Присаживайтесь за столы. Для компота нам нужен апельсин, какого он цвета? А формы? Значит, какая фигура нам нужна? Нам нужен оранжевый круг! А это что за фрукт? Каким он цветом? Фрукты мы собрали, переходим к следующему правилу: мне срочно нужна моя аптечка! Друзья мои, пройдемте к доске. Кто скажет, что эта картинка может означать? Я хочу здоровым быть! А чтоб здоровым оставаться -нужно чаще улыбаться! Давайте и мы друг другу улыбнемся! Молодцы! Давайте теперь посмотрим, что у нас получилось: Чтоб здоровым оставаться, нужно чаще умыться, Нужно спортом заниматься, Нужно правильно питаться, Нужно чаще улыбаться! Давайте и мы друг другу улыбнемся Теперь вы знаете, как быть здоровыми! И я могу возвращаться на </p> | <p> Берет корзинку с овощами и фруктами, раздает детям. Готовит корзинку для овощей и фруктов. Достает из корзинки красное яблоко, желтый лимон, зеленое яблоко. </p> |
|--|---|---|



Врач нам очень помог, мы узнали правила ЗОЖ

работу.
Ну что, дорогие мои, помог вам врач? Какие правила вы узнали? А чтобы закрепить правила, я подарю вам раскраски!



Прикрепляет к доске четвертую четверть круга (улыбка)



Отворачивается, снимает шапочку и очки.