**МБДОУ №1 «Насып»**

Конспект

образовательной деятельности

по познавательному развитию с использованием здоровьесберегающих технологий

«Поможем Буратино стать здоровым»

|  |
| --- |
| Подготовила:  воспитатель : Индрисова Р.Р |

**Программное содержание:**

Дать представление о составляющих здорового образа жизни человека;

Воспитывать потребность быть здоровым: употреблять в пищу овощи и фрукты, другие полезные продукты, выполнять гигиенические процедуры;

Развивать умение творчески использовать двигательные навыки в самостоятельной двигательной деятельности; развивать слуховое внимание, мышление, речь;

Учить детей заботится о своем здоровье, формировать у детей сознательное стремление быть здоровыми;

Расширять и закреплять знания детей о пользе и вреде различных продуктов;

Развивать мелкую и крупную моторику рук посредством использования массажного мяча су-джок;

Отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять  мышцы языка;

Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

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

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

приветствие, сюрпризный момент, путешествие в сказку, игра "Доскажи словечко" , пальчиковая игра с массажным мячиком Су-джок «Игрушки», словесная игра «Полезный - вредный продукт», артикуляционная гимнастика «Вкусное варенье», подвижная игра "Через ручеек", дыхательная гимнастика "Вырасти большой".

**Предварительная работа**: закрепить правила подвижной игры "Через ручеёк", рассматривание иллюстраций полезных и вредных продуктов.

**Материалы и оборудование:** проектор, ноутбук, слайд-шоу "Поможем Буратино стать здоровым", письмо от Буратино, игрушка "Буратино", су-джок мячи на каждого ребенка, атрибуты для подвижной игры.

Ход ООД:

Слайд 1

1**.Вводная часть. Организационный момент.**

В.: Доброе утро, ребята. У нас в группе сегодня гости.

Д.: *(здороваются)* Здравствуйте.

**Приветствие**

В.: Колокольчик озорной,

Ты детей в кружок построй.

Собрались ребята в круг

Слева –друг  и справа – друг.

Вместе за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся.

Ребята , сегодня утром нам в группу принесли письмо. Здесь написано: «Детям средней группы ......». Хотите узнать от кого оно? «Жду сегодня в гости всех ребят! Приезжайте непременно, буду рад!» Буратино. Что решим? Отправимся в гости?

Д.: да.

В.: Слушайте волшебное заклинание.

Если дружно встать на ножки

Топнуть, прыгнуть- не упасть!

То в страну волшебных сказок

Можно сразу же попасть.

слайд 2

**2. Основная часть.**

**В.:** Вот мы и оказались у домика Буратино, только где же он сам? Почему он нас не встречает? Давайте мы присядет и подождём его.

*Дети садятся на стулья. Раздаются охи, вздохи. Появляется кукла-Буратино с перевязанной щекой.*

**Буратино:** Ой, как мне больно!

**В.**: Буратино! Что с тобой случилось? Мы к тебе в гости пришли, а ты оказывается, заболел?

**Буратино.**: Я хочу здоровым быть, научите, помогите, расскажите как мне быть, как здоровье получить.

Д.: Не расстраивайся, Буратино. Мы тебе расскажем и покажем.

слайд 3

**Игра « Доскажи словечко».**

1. Стать здоровым ты решил

Значит, выполняй .......( режим)

2. Утром в семь звенит настырно

Наш весёлый друг… (будильник)

слайд 4

3. На зарядку встала вся

Наша дружная... (семья)

слайд 5

4. Режим, конечно, не нарушу-

Я моюсь под холодным… (душем)

слайд 6

5. Проверь, мне никто не помогает

Постель я тоже… (застилаю)

слайд 7

6.После душа и зарядки

Ждёт меня горячий… (завтрак)

слайд 8

7.Всегда я мою руки с мылом,

Не надо звать к нам… (Мойдодыра)!

слайд 9

8.После обеда можно поспать,

А можно во дворе... (играть).

слайд 10

9.Мяч, скакалка и ракетка,

Лыжи, санки и коньки

Лучшие друзья…(мои)

10.Вечером у нас веселье,

В руки мы берём гантели,

С папой спортом ...(занимаемся),

Маме нашей… (улыбаемся).

слайд 11

Но смотрит к нам в окно луна

Значит, спать уже… (пора)

Я бегу скорей под душ,

Мою и глаза, и .....(уши)

Ждёт меня моя кровать

«Спокойной ночи»!

Надо… (спать)

слайд 12

Завтра будет новый день! (опять)

В.: Очень важно соблюдать режим дня, чтобы сохранять бодрость на протяжении всего дня, нужно ночью хорошенько выспаться. Буратино, а ты знаешь, что такое самомассаж рук?

Нет? А наши ребята знают, как правильно массировать ладошки и пальчики. Это очень полезно для здоровья. Ведь на кончиках пальцев находится очень много точек, нажимая на которые, человек становится здоровым. У него повышается иммунитет, это означает, что вредные бактерии становятся не страшны человеку. Сейчас мы и поиграем с массажным мячиком и тебя научим.

слайд 13

**Пальчиковая игра с массажным мячиком Су-джок «Игрушки»**

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят: (*дети катают Су- Джок между ладоней)*

Два медведя, Буратино,

И веселый Чиполлино,

И котенок, и слоненок. (*поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)*

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать. (*дети катают Су - Джок между ладоней)*

В.:А сейчас все вместе поиграем!

слайд 14

**Словесная игра «Полезный - вредный продукт»** (картинки на слайдах)

(полезный продукт- дети хлопают в ладоши, если не полезный- молчат**).**

В.: Питаться нужно правильно, не переедать, и употреблять в пищу только свежие продукты. Чтобы быть здоровым, также нужно заботиться о здоровье полости рта. Любят все ребятишки вкусное варенье?

слайд 16

**Артикуляционная гимнастика «Вкусное варенье»**

*Как будто варенье лежит на губе –*

*Слижу его «чашечкой» в ротик себе.*

*Описание:*Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движение сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот,  не разрушая «чашечку».

В.: Сладкого много есть вредно, нужно с самого детства беречь свои зубки.

слайд 17

Чистим зубы дважды в сутки,

Чистим долго: три минутки,

Щеткой чистой, не лохматой,

Пастой вкусной, ароматной.

Чистим щеткой вверх и вниз –

Ну, микробы, берегись!

В.: Посмотрите, ребята , Буратино снял повязку. Он уже стал чувствовать себя лучше и хочет с нами поиграть.

слайд 18

**Подвижная игра "Через ручеек"**

Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.  Правила: Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек. Перебираться можно только по сигналу.

В.: Ох , устали, нету сил. Мы сейчас правильно подышим, и вырастем большими ,здоровыми и сильными.

слайд 19

**Дыхательная гимнастика "Вырасти большой"**

И.П: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 3 р.

Буратино: Теперь я точно знаю, что нужно делать, чтобы быть здоровым. Спасибо вам , ребята!

В.: Буратино, всегда помни какие правила нужно соблюдать, какие продукты нужно употреблять в пищу, чтобы быть здоровым! Занимайся физкультурой, соблюдай режим дня, чисти зубы утром и вечером. А нам пора возвращаться в детский сад!

Если дружно встать на ножки

Топнуть, прыгнуть- не упасть

То легко ребята смогут

Снова в детский сад попасть.

**3.Заключительная часть. Подведение итогов:**

В.: Ребята вам понравилось наше путешествие?

Что больше всего понравилось? Что нового узнали сегодня?

Вам понравилось учить Буратино правильно питаться, соблюдать режим дня?

Что было трудным для вас? Что было легким ?

Никогда не забывайте, что здоровье это самый ценный дар, который есть у нас с вами. Здоровье необходимо беречь, заботиться о своем теле: соблюдать гиену, правильно питаться, заниматься спортом. Нам с вами еще предстоит очень много узнать, но это уже в следующий раз. Давайте, всем скажем до свидания. До новых встреч!