

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»

**Конспект НОД с использованием
здоровьесберегающих технологий
в средней группе
на тему: "На помощь зайчику"**



**Подготовила:
воспитатель Попова О. Л.**

г. Когалым, 2018г.

Цель: Формировать здоровый образ жизни.

Задачи:

Образовательные: Познакомить детей, как нужно заботиться и укреплять здоровье; дать представления о микробах. Закрепить знания о пользе витаминов.

Развивающие: Развивать интерес к здоровому образу жизни, к значению закаливания для здоровья человека.

Речевые: Развивать речь, обогатить словарь детей: закаливание, микроб.

Воспитательные: Воспитывать доброе отношение к окружающим.

Интеграция областей: познавательные развития, речевое развитие, физическое развитие, художественно-эстетическое развитие.

Предварительная работа.

Разучивание комплекса оздоровительных упражнений, отгадывание загадок о явлениях природы, заучивание стихотворений; беседа «*Как быть здоровым*», чтение художественного произведения К. Чуковского «*Айболит*», проведение опытов со снегом и льдом.

Материалы: Мягкая игрушка - заяц, кровать, конверт с письмом, фрукты, овощи, корзинка, корригирующие дорожки, градусник, мячи массажные, пластилин, доски для лепки,

Ход занятия

-Ребята предлагаю детям пожелать Доброго утра спеть песенку:

«Доброе утро!»

Доброе утро, улыбнитесь скорее

И сегодня весь день будет веселее.

Мы погладим лобик, носик и щечки

Будем мы красивыми, как цветочки.

Разотрем ладошки сильнее – сильнее,

А теперь похлопаем смелее – смелее.

Ушки мы теперь потрем и здоровье сбережем.

Улыбнемся снова – будьте все здоровы!

Вот теперь мы с вами здоровы и с хорошим настроением.

Звук ветерка:

-Постучал тихонько в раму, получите телеграмму (воспитатель читает на снежинке телеграмму): Зайчонок Кузька, наелся снега и у него заболело горло и поднялась температура. Требуется срочная помощь. Доктор Айболит.

-Ребята, доктора Айболита срочно вызвали в Африку, там заболели звери. Что же нам делать? *(ответы детей)*

-Конечно, мы должны помочь нашему другу зайчонку. Давайте соберем все необходимое в дорогу.

(дети садятся на коврик).

Игра: «*Выбери нужное*».

Описание игры: детям предлагается из каждой пары предметов выбрать один, необходимый для лечения зайчонка (градусник и машинка, микстура и конфета мед и мороженое, шарф и книга). Выбранные предметы дети складывают в корзинку.

Чтобы быстрее поправиться, помогают не только лекарства. А что еще помогает человеку быстрее выздороветь? (ответы детей) Для скорейшего выздоровления нужно есть витамины, которые нам дает природа - это овощи и фрукты. Они не только полезные, но и очень вкусные.

А в каких продуктах находятся витамины? (ответы детей)

-Я загадаю загадки, а вы отгадаете и отгадки положите в корзинку.

Загадки:

1. Круглое, румяное я расту на ветке!

Любят меня взрослые и маленькие детки (Яблоко)

2. Оранжевый нос в землю врос, а зелёный хвост снаружи,

Нам зелёный хвост не нужен, нужен только оранжевый нос. (морковь)

3. Он никогда и никого не обижал на свете, но почему же плачут от него и взрослые и дети (лук).

4. Фрукт этот желтого цвета,

Очень кислый он на вкус,

И если добавлю, что пользу приносит,

То я не ошибусь. (лимон.)

5. Уродилась я на славу, голова бела кудрява.

Кто любит щи- меня там ищи. (капуста).

6. Вкусны –оближешь пальчики-

Оранжевые мячики.

Но только я в них не играю,

А неизменно их съедаю. (апельсины).

Вот мы собрали все самое необходимое и теперь пора отправляться к зайчонку.

-Но куда же нам идти? Посмотрите – следы. Чтобы добраться до зайчонка, сначала нужно по следам пройти, а затем по узенькой тропинке . Они обязательно приведут нас к нему.

-На дорожку дружно встали, друг за другом зашагали. Звучит музыка. Дети проходят препятствия.

(салятся на стулья)

Посмотрите сколько снега у избушки. Какой снег? (белый, блестящий). А на ощупь? (холодный) Можно такой снег есть? Дети стучатся в дверь, заходят, здороваются с зайчонком, садятся на скамейку.

1-й ребенок: (гладит зайчонка по голове и читает стихотворение)

Ах ты, зайнька – зайчишка,

Непослушный шалунишка.

Ты запомни навсегда,

Снег холодный есть нельзя! (ставит градусник).

2-й ребенок:

Снег совсем не для еды!

Снежок только для игры. (даёт микстуру)

Ты, зайчонок, поправляйся

И к нам, в гости приходи. (Подаёт чай с мёдом)

Ребята, знаете почему зайчонку так тяжело? Когда он ел холодный снег, то не заметил, как проглотил микроба – злючку. Когда зайчонок чихает, микробов становится все больше и больше (воспитатель разбрасывает шарики – микробы). Нам нужно как можно быстрее спасти зайчонка, а для этого необходимо уничтожить всех микробов. Чтобы микробы не попали нам в рот, давайте смоём их прохладной водичкой.

Пальчиковая гимнастика: «Моем руки» (в руках держим мячи массажные)

«Ах вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда!

Брызги-вправо, брызги –влево! Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым

Вытрем ручки очень быстро!

Вы микробы исчезайте и назад не возвращайтесь (собираем мячики в корзинку)

- Ребята, у нас получилось! Мы уничтожили микробов и Кузя снова здоров!

Воспитатель садит зайчонка на стул и укутывает пледом.

В.: Теперь Кузя запомнит, что снег есть нельзя!

Самомассаж «Неболейка».

1.Чтобы горло не болело,

Мы погладим его смело. (поглаживать шею сверху вниз)

2.Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать (указательными пальцами растирать крылья носа)

3.Лоб мы тоже разотрём-

Ладонку держим козырьком (растирать от центра к краю).

4.Ушки тоже мы потрём и здоровья сбережём

5.Знаем, знаем- да, да, да,

Нам простуда не страшна. Потирать ладони друг о друга.

Воспитатель хвалит детей.

Игра «Да-нет». (со снежком)

Это правда или нет?

1.Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться? Да!

2.Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать? Нет!

3.Если сильным хочешь быть,

Со спортом надобно дружить? Да!

4.Чтоб зимою не болеть,

На прогулке нужно петь? Нет.

5.И от гриппа и ангины

Нас спасают витамины? Да.

6.Будешь кушать лук, чеснок-

Тебя простуда не найдёт? Да.

7.Хочешь самым крепким стать-

Сосульки надобно лизать? Нет.

Дети благодарят зайца и желают ему здоровья. (Будь здоров-будь здоров позабудь про докторов)

В.: Дети, мы сегодня сделали доброе дело: вылечили зайчонка, научили бережно относиться к своему здоровью.

Вопрос к детям: Что вы сегодня запомнили самое главное про снег? (ответы детей)

Правильно, снег есть нельзя, с ним можно только играть. Вы можете об этом рассказать своим друзьям и родителям.

-А сейчас я предлагаю вам ребята слепить для зайчика морковку, чтобы он вместо снега кушал витамины.

Дети лепят морковки и затем отдают зайцу.