

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 72 "Кораблик"

Проектная деятельность
Тема: Страна здоровья
Средняя группа

Составила: Фенькова Нино
Петровна

2022-2023 г

Пояснительная записка

Цель: Формирование у детей значимости здорового образа жизни

Задачи:

Воспитательные: помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно-гигиенических навыков

Образовательные: дать детям общее представление о здоровье, как о ценности, расширить представления детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем, расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здорового питания.

Развивающие: формировать положительные качества личности ребенка, нравственного поведения, мотивов укрепления здоровья.

Актуальность.

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения любых успехов. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов. Это состояние полного душевного и социального благополучия. Здоровье – это радостное отношение к трудностям.

Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт человек, поэтому главной задачей является обучение детей принципам здорового образа жизни, создавать условия для сохранения и укрепления их здоровья.

Проблемный вопрос: «Для чего нужно заботиться о своем здоровье?»

Определение области знаний детей

Что дети знают	Что дети умеют	Что дети хотят узнать	Чему дети хотят научиться
- Важно быть здоровым -Нужно делать зарядку по утрам	-Делать зарядку -Соблюдают правила гигиены (мыть лицо, руки с	-Что необходимо делать для укрепления здоровья?	- Правилам закаливания -Научиться самомассажу

-Необходимо есть овощи и фрукты -Нужно каждый день гулять на свежем воздухе	использованием мыла)	-Что нужно есть, чтобы быть здоровым? -Почему так важно быть здоровым?	-Соблюдать правила здорового образа жизни
--	----------------------	---	---

Планируемый результат:

Сформировано общее представление о здоровье, о ценности. Дети знают о теле, о том, что необходимо делать для сохранения здоровья, появляется желание и стремление к самостоятельному соблюдению КГН, их правильной организации, сформирован ряд привычек здорового образа жизни. Соблюдают правила здоровье сберегающего и безопасного поведения во взаимодействии со сверстниками. Активно стремятся помочь взрослому в организации процесса питания, режимных моментах.

Участие других специалистов, родителей:

Воспитатель: проведение организовано-образовательной деятельности приуроченной к теме проекта, беседы о здоровом образе жизни, чтение художественной литературы, проведение спортивных, подвижных, дидактических, сюжетно-ролевых игр,

Физкультурный работник: проведение физкультурных занятий, спортивного досуга

Родители: устраивают прогулки на свежем воздухе, проведение закаливания в домашних условиях, подбор информации с детьми и создание плакатов с полезной информацией.

Беседы о здоровом образе жизни «Как укрепить здоровье?», «Правила для тех, кто хочет быть здоровым», «Закаливания», «Поможем себе и другому». «Витамины так важны»

Дидактические игры:
Игра «Чудесный мешочек», «Составляем силуэты», «Кто нас лечит», «Что полезно для зубов», «Определи, что это?», «Да – нет»

Рассказывание сказки С. Михалкова «Как медведь трубку курил», чтение сказки «Почему кот моется», Н.Крыловой «Слоненок». рассказа К. Ушинского «Лекарство», (ост. см в табл)

Комплекс упражнений

Цикл бесед о здоровом образе жизни

Дидактические игры

Чтение ХЛ

«Закалка», «Чтоб здоровье сохранить», «Зубки», «Мишка».

Ежедневная зарядка

Познавательное развитие

Речевое развитие

Заучивание стихотворений о ЗОЖ

Спортивные, подвижные игры

Физическое развитие

Тема:

«Здоровый образ жизни»

Социально-культурное развитие

Создание плаката в команде

Художественно-эстетическое развитие

Изо деятельность

Сюжетно-ролевые игры

«Дерево здоровье», «Зубки», «О витаминах».

лиса в курятники, кот и мыши, у медведя в бору, через ручеек, лошадки, где позвонили, кто бросит дальше, самолеты, найди себе пару. спортивный досуг

Аппликация «Что полезно для зубов»
Лепка по замыслу «Слепы для Мойдодыра гигиенические принадлежности».

«Поликлиника», «Аптека», «Семья», «Автобус»
«Шофер»
«Магазин»

Планирование этапов проекта

Этапы проекта	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Деятельность родителей
1.Организационный	Создает проблемную ситуацию и описывают ее, формирует проблемные вопросы. Определяет задачи. Собирает информацию, подбирает литературу, дополнительный материал, изготавливает необходимые игровые пособия, Использует компьютерные технологии, организует развивающую предметно-пространственную среду в группе, изучает опыт работы других педагогов по данной теме. Проводит собрание для родителей с целью привлечения их к участию в проекте. Проводит анкетирование по вопросу проекта.	Осознают и личностно воспринимают проблему о ведении здорового образа жизни, эмоционально реагируют на проблемные вопросы. Вовлекаются в проблему.	Принимают проблему на родительском собрании, помогают в подборе литературы и дидактических пособий. Беседуют с детьми о влиянии здорового образа жизни на здоровье человека.

Речевое развитие	Подбирает литературу, материалы для реализации ООД по развитию речи	Рассказывают, что им интересно	Помогают в подборе стихотворений о ЗОЖ
Познавательное развитие	Разрабатывает цикл бесед о ЗОЖ, ищет информацию о витаминах, спрашивает у детей о том, что они знают	Отвечают на вопросы педагога	Следят за тем, что дети умеют, чему следует научить
Физическое развитие	Проводит утреннюю, гимнастику, гимнастику после сна, спортивные игры, подвижные игры. Готовит оборудование для проведения досуга, подбирает материалы, соответствующие возрасту и индивидуальным особенностям детей	Выполняют упражнения	Подключаются к проведению спортивного досуга, чтобы показать детям, что это важно.
Художественно-эстетическое развитие	Подготовка материалов для рисования, написание план-конспектов	-	-

Социально-коммуникативное развитие	Наблюдение, во что любят играть дети, подбор сюжетно-ролевой игр, подготовка материалов к консультации родителей, к собранию	-	Посещают собрание, узнают информацию
2. Реализация проекта	Внедрение в воспитательно – образовательный процесс эффективных методов и приемов по расширению знаний дошкольников о здоровье.	Участие в мероприятиях	Участие в мероприятиях
Речевое развитие	Рассказывание сказки С. Михалкова «Как медведь трубку курил», чтение сказки «Почему кот моется», Н.Крыловой «Слоненок». рассказа К. Ушинского «Лекарство», стихотворений К. Чуковского «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумакая», сказки А.Чернышовой «Сказка про котенка, который не любил умываться».	Участвуют в ООД, слушают, отвечают на вопросы, учат стихотворения.	Разучивают с детьми стихотворения: Стихотворения «Закалка», «Чтоб здоровье сохранить», «Зубки», «Мишка», «Мойдодыр», «О витаминах».

	Стихотворения «Закалка», «Чтоб здоровье сохранить», «Зубки», «Мишка», «Мойдодыр», «О витаминах».		
Познавательное развитие	Беседы о здоровом образе жизни «Как укрепить здоровье?», «Правила для тех, кто хочет быть здоровым», «Закаливания», «Поможем себе и другому». «Витамины так важны» Дидактические игры: Игра «Чудесный мешочек», «Составляем силуэты», «Кто нас лечит», «Что полезно для зубов», «Определи, что это?», «Да – нет»	Активно участвуют в деятельности, стараются узнать информацию из разных источников окружения.	Помогают с обогащением знаний детей по теме.
Физическое развитие	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, ежедневная утренняя гимнастика, гимнастика после сна Подвижные игры: лиса в курятники, кот и мыши, у медведя во бору, через ручеек,	Участвуют в предложенной деятельности, рассказывают родителям о том, что делали, учат родителей зарядке, проводят ее родителям.	Родители принимают инициативу детей, участвуют в зарядке, стараются выполнять ее ежедневно вместе с ребенком.

	лошадки, где позвонили, кто бросит дальше, самолеты, найди себе пару. Подготовка к итоговому мероприятию «Будем мы здоровы»		
Художественно-эстетическое развитие	Рисование по замыслу «Нарисуй любой предмет, который помогает здоровью» Лепка по замыслу «Слепи для Мойдодыра гигиенические принадлежности». Помощь с плакатом.	Участвуют в деятельности, вместе с родителями, оформляют плакат о ЗОЖ.	Участвуют в оформлении плаката ЗОЖ
Социально-коммуникативное развитие	СРИ «Поликлиника», «Аптека», «Семья»(сюжет: лечение больного ребенка), «Автобус» (ситуация пассажиру стало плохо), «Шофер» (на «Скорой помощи»), «Магазин» (по продаже физкультурного оборудования) Рассказывание про плакат.	Вместе с родителями подбирают материалы для плаката,	Говорят, о теме своего плаката

Информационные источники, материалы и оборудование

Речевое развитие:

"Конспекты занятий в средней группе детского сада. Развитие речи. Практическое пособие" Волчкова В.Н., Степанова Н.В.

«Занятия по развитию речи детей 4-5 лет. Методическое пособие. ФГОС ДО» Громова О.Е., Соломатина Г.Н., Кабушко А.Ю.

Тексты художественной литературы: С. Михалкова «Как медведь трубку курил», чтение сказки «Почему кот моется», Н.Крыловой «Слоненок». рассказа К.

Ушинского «Лекарство», стихотворений К. Чуковского «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумакая», сказки А.Чернышовой «Сказка про котенка, который не любил умываться».

Стихотворения «Закалка», «Чтоб здоровье сохранить», «Зубки», «Мишка», «Мойдодыр», «О витаминах».

"Картотека предметных картинок. Выпуск 45. Формирование представлений о себе и своем теле. ФГОС"

Познавательное развитие:

"Формирование здорового образа жизни у дошкольников. Планирование, система работы. ФГОС ДО" Кареева Т.Г.

Макет овощей и фруктов, игрушка медвежонок, зайчика, гигиенические принадлежности, массажные мячики, грецкие орехи, карандаши, мешочек, картинки «овощи и витамины в них», изображения с силуэтами видов спорта, куклы, в которых проглядывается профессия, картинки с полезными и вредными продуктами.

Физическое развитие:

"Конспекты физкультурных занятий. Средняя группа" Патрикеев А.Ю. Мячи, обручи, прыгалки, канат, конусы, мешочки с песком, бруски, доска, гимнастическая скамья, игрушки: зайчик, лисица, мишка

Художественно-эстетическое:

"Изобразительная деятельность в детском саду. Средняя группа. Учебно-методическое пособие" Лыкова И.А.

Клеенка, бумага, кисти, краски, баночки с водой, клей, пластилин, кукла, конверт с письмом, картинки с изображением двух мальчиков: один – веселый, стройный, опрятный, красивый, здоровый, а второй – грустный, неаккуратный, неряшливый. На каждого ребенка рисунки с полезными продуктами, карандаши.

Социально-коммуникативное развитие:

мебель, атрибуты для оборудования медицинского уголка, одежда врача, куклы, игрушечные коляски, сумки, игрушечный руль, билеты, дорожные знаки, касса, заправочный шланг, аптечка, огнетушитель, головные уборы для пассажиров и водителя, сумка кондуктора, атрибуты для мамы с ребенком, беременной и бабушки/дедушки, светофор, деньги, кошельки, прилавки, касса, кошельки, «деньги», сумки для покупок, товары с ценниками, Халат, бейджик, компьютер, полочка с различными лекарствами, витрина.

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 72 "Кораблик"**

НОД Аппликация «Что полезно для зубов»

Выполнила: воспитатель Фенькова Н.П.

2022г.

НОД Аппликация «Что полезно для зубов»

Цель: Воспитать у детей культурно-гигиенические навыки.

Задачи:

Научить детей правильно ухаживать за зубами (закрепить умение чистить зубы, полоскать рот.)

Воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы. Ответственно относиться к своему здоровью.

Продолжать закреплять знания о полезной и здоровой пище

Предварительная работа: Беседа с детьми зачем мы чистим зубы, рассматривание демонстрационного материала, раскрашивание раскрасок, чтение худ. литературы

Доктор Айболит

Методы и приемы:

Практические: Дидактическая игра "Что полезно, а что вредно", Физминутка, опыт «Как правильно чистить зубы», аппликация детей

Наглядные: демонстрационный материал (картинки).

Словесные: беседа и вопросы по изображению, художественное слово, словесная игра «Полезные и вредные советы».

Оборудование: Шаблоны зубов грустного и веселого, клей, салфетка, шаблоны картинок вредной и полезной еды, демонстрационный материал, игрушка зайка.

ХОД НОД АППЛИКАЦИЯ

Вводная часть: Ребята посмотрите, к нам в гости пришел Зайка, Ой ребята у Зайки перевязано лицо. Как вы думаете почему? Давайте Зайку

спросим. Воспитатель: Здравствуй зайка! А, что у тебя случилось? Почему ты такой грустный? И с перевязанным лицом.

Зайка: Здравствуйте детишки, ребятки у меня очень сильно разболелись зубки, и я не знаю, что мне делать. Я много ел вредной пищи, и сейчас очень болят зубки.

Воспитатель: Бедненький, ты, наверное, не чистил зубки и ел много сладкого? Ребята! Давайте поможем зайке, расскажем, как правильно нужно ухаживать за зубами.

Основная часть:

Ребята что я сейчас вам показываю, как вы думаете, что изображено у меня на картинке? Правильно – это зубы. Сегодня мы поговорим с вами про зубы, про наших верных помощников, узнаем для чего они нам нужны и как за ними ухаживать. Где находятся зубы, ребятки? (во рту). Правильно во рту.

А знаете ли вы, зачем вам зубы нужны? Чтобы кусаться? (Чтобы жевать, правильно говорить, улыбаться, откусывать, пережевывать, грызть.)

Без зубов человек может разговаривать? Без зубов человек не сможет красиво улыбаться. Без зубов мы не сможем откусить, грызть, пережевывать фрукты и овощи. Молодцы, ребята! Правильно, зубы выполняют очень большую работу. Им приходится много пережевывать пищи. Если не пережевывать еду – мы будем проглатывать еду кусками, а это очень вредно, может заболеть живот. Без зубов человек не сможет хорошо питаться, у него не будет сил и он совсем заболеет. Зубы помогают нашему организму набраться сил и жизненной энергии.

Артикуляционная гимнастика: Давайте постучим языком по верхним зубам. Скажите: д-д-д. Какие зубы: твёрдые или мягкие? Да, ребята, зубы – самые твёрдые части нашего тела.

Ребята, давайте рассмотрим с вами зуб. (Картинка.)

Какого цвета зуб? (белого). Ребята а сколько раз нам нужно с вами чистить наши зубы, правильно, зубы надо чистить два раза в день, своей щеткой и пастой. Нужно полоскать рот после каждого приема пищи, что бы на зубах не скапливались микробы. Поэтому мы с вами ребята после приема пищи полощем ротики, что бы еда не оставалась во рту и не скапливались микробы. Что нужно кушать что бы зубки были здоровыми (ответы детей)

правильно, нужно есть молочные продукты, овощи, фрукты, а вот сладости вредят нашим зубам. Ребята, что нужно делать если зуб сильно разболелся и не проходит (ответы детей) Правильно, нужно пойти к врачу. А кто знает, как называют врача, который лечит зубы (ответы детей)

Правильно, это врач стоматолог.

Практическая часть аппликация: А вы ребята, хорошо ухаживаете за своими зубами? Дети: Да! Посмотрите перед вами лежат зубы? Какие они? Правильно один грустный другой веселый. Интересно, а кто мне скажет грустный зуб почему? Правильно этот зуб принимал вредную пищу. А веселый зуб принимал здоровую еду и чистил зубы и утром и вечером.

Давайте сейчас с вами приклеим на грустный зуб вредную еду, и запомним, что каждый раз и много этого есть не нужно, так как зубки будут болеть и придется нам с вами идти к врачу стоматологу. Что бы стоматолог оказал медицинскую помощь, вылечил больной зуб. (самостоятельная аппликация деятельность детей)

Молодцы все наклеили. А теперь давайте наклеим на веселый зуб полезные продукты это у нас с вами какие? Правильно овощи, фрукты молочные продукты. (самостоятельная аппликация деятельность детей)

Заключительная часть: Зайка, ты понял, какие продукты тебе нужно есть? А не конфеты. Зайка: Ой! Я много съел конфет, поэтому у меня зуб и разболелся. Но я боюсь идти к стоматологу. Воспитатель: Зайка, давай ребята тебе покажут, как правильно нужно чистить зубки, полоскать рот, может тебе станет легче.

Воспитатель напоминает, как правильно чистить зубы, полоскать рот.

Дети показывают ,а зайка наблюдает.

Воспитатель: Зайка, ты запомнил, как надо чистить зубки? Попробуй повторить за нами.

Физкультминутка:

Чистить зубки нам не лень Чистим их два раза в день

Чистим зубки дважды в сутки Чистим долго-три минутки

Щеткой чистой, не лохматой Пастой вкусной, ароматной

Чистим щеткой вверх и вниз Ну, микробы, берегись!

Воспитатель: Ну что зайка, Получилось? Зайка: Ой, правда, я почистил и у меня перестали болеть зубки. Наверное у меня и правда было много микробов во рту.

Как я рад! что мне не надо идти к стоматологу.

Воспитатель: Зайка, ребятки! Ухаживайте за своими зубами ежедневно, ешьте полезные продукты, вовремя посещайте стоматолога, и тогда ваши зубки будут крепкими и здоровыми.

Зайка: Спасибо ребята! Вы мне очень помогли. Теперь я буду стараться правильно ухаживать за своими зубами и вовремя посещать стоматолога. И моим друзьям я передам от вас подарки. Досвидания! (Зайка уходит) Теперь вы знаете какие продукты полезны для зубов, а какие вредны. Давайте поиграем в игру «Полезные и вредные продукты для зубов»

Рефлексия:

Ребята кто мне скажет, кто к нам приходил в гости?

Почему у зайки было перевязано лицо?

Почему у Зайки заболели зубы?

Кто мне скажет, какие продукты вредные для зубов?

А какие продукты полезные для зубов?

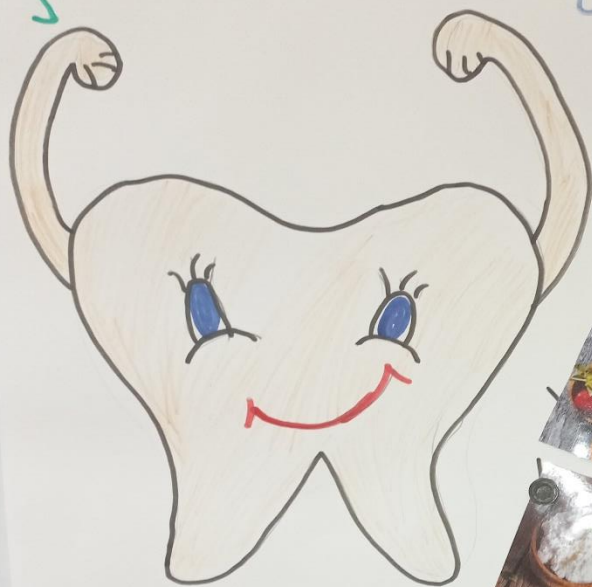
Что мы с вами сделали?

Было ли вам сложно выбирать полезную и вредную еду?

Давайте вспомним как правильно нужно чистить зубки? И сколько раз в день?



Полезные и Вредные Продукты!



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 72 "Кораблик"

Конспект занятия по лепке, предметы гигиены в средней группе

Выполнила: воспитатель Фенькова Н.П.

2023г.

Конспект занятия по лепке, предметы гигиены в средней группе

Воспитатель: Ребята, какие вы все красивые, опрятные. А я сегодня, когда шла на работу, встретила нашу знакомую куклу Таню, посмотрите, какая она чумазая. (Воспитатель приносит куклу). Танюша, ты почему такая грязная?

Реклама

Кукла Таня: Ребята, я так люблю играть на улице: строить из песка замки, пускать кораблики и собирать камешки, но я очень не люблю мыться.

Воспитатель: Ребята, давайте расскажем Тане историю про мальчика, который не любил мыться и от него все убежали.

(Рассказ детей).

Кукла Таня: Ой, я не хочу быть грязнулей, и чтобы от меня все убежали. Ребята, помогите мне стать чистой.

Воспитатель: Ребята поможем Тане?

(Ответы детей)

Воспитатель: А что мы для этого должны сделать?

(Ответы детей).

Реклама

Воспитатель: Правильно. А ну-ка, ребята, давайте возьмём таз с водой, мыло и мочалку и попробуем куклу отмыть.

(Воспитатель ставит на стол таз с водой, берёт в руки мыло и мочалку и предлагает детям помыть куклу).

Воспитатель: Молодцы, ребята. Вот теперь Таня чистая.

Спасибо, что помогли кукле привести себя в порядок! Что нам для этого потребовалось?

(Ответы детей).

Воспитатель: Правильно, вода, мыло и мочалка. Для чего нужно мыло?

(Ответы детей).

Воспитатель: Правильно, чтобы кожа была чистой и на её поверхности не скапливались микробы, от которых мы можем заболеть. А чтобы Таня могла и впредь за собой ухаживать, давайте слепим для неё из пластилина и подарим мыло.

Реклама

Но сначала давайте разомнём пальчики.

Пальчиковая гимнастика: Ах, вода, вода, вода!

Ах, вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда! (трём ладошку о ладошку)

Брызги- вправо, брызги – влево!

Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым,
Вытрем ручки очень быстро. (имитируем вытирание)

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним, какого цвета и формы бывает мыло? Какого цвета мыло мы будем лепить? (Дети рассматривают иллюстрации о мыле и натуральные кусочки мыла).

(Ответы детей).

Воспитатель: Правильно. А теперь давайте вспомним, как будем лепить мыло. (Воспитатель показывает порядок действий. Дети смотрят внимательно и показывают движения в воздухе).

Воспитатель: Отщипываем от большого кома пластилина маленький, круговыми движениями скатываем в шар и сплющиваем. Получилась мыло. (Дети рассматривают приготовленный материал перед собой и начинают работать по подсказке воспитателя. Воспитатель помогает детям).

Воспитатель: Давайте закончим работу.

Дети заканчивают лепку.

Воспитатель: Подарим мыло кукле Тане.

Кукла Таня: Спасибо вам, ребята, теперь я всегда буду чистая и опрятная. Воспитатель и кукла проводят физ. минутку.

Льется чистая водица,
Мы умеем сами мыться,
Порошок зубной берем,
Крепко щеткой зубы трем,
Моем шею, моем уши,
После вытремся посуше.
Повернем головку вправо
Повернем головку влево.
Опусти головку вниз
И тихонечко садись.

(Все слова сопровождаются движениями согласно текста).

Воспитатель: Ребята, кто сегодня к нам приходил? А какая она была? Что мы сделали? Что подарили кукле? Из чего сделали мыло? Для чего нужно мыло?(Ответы детей).



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 72 "Кораблик"

**Конспект НОД художественно эстетическому развитию рисование «Дерево
здоровья» в средней группе**

Выполнила: воспитатель Фенькова Н.П.

2023г.

Конспект НОД художественно эстетическому развитию рисование «Дерево здоровья» в средней группе

Цель: Формировать знания о здоровом образе жизни. Развивать умение создавать изображения самостоятельно.

Задачи:

Обучающие:

- Закреплять знания о важности для здоровья занятий спортом.
- Продолжать формировать у детей понятия о важности соблюдения режима дня.
- Продолжать формировать культурно-гигиенические навыки.

Развивающие:

- Развивать у детей быстроту мышления, внимание, память.

Воспитательные:

- Воспитывать бережное отношение к своему организму, знать элементарные правила пользования личными гигиеническими предметами.
- Воспитывать у детей потребность правильно и полноценно питаться.
- Воспитывать у детей представления о простейших мероприятиях, направленных на сохранение здоровья.

Предварительная работа: игра «Режим дня», «Овощи и фрукты», чтение художественной литературы, пословицы и поговорки, отгадывание загадок о сохранении здоровья, раскраски, рассматривание сюжетных картинок по теме.

Материалы и оборудование:

Нарисованное на ватмане большое дерево, заготовки вырезанных яблок для рисования, заготовки вырезанных яблок с раскрасками, сюжетные картинки спортсменов, игра «Полезные и вредные продукты», сюжетные картинки с полезными продуктами и витаминами (яблоко, апельсин, сок, чипсы, сухарики т. д.), картинки для игры «Режим дня», предметы гигиены (мыло, расческа, туалетная бумага, зубная щетка, паста, носовой платок); ноутбук, экран.

Ход НОД:

Игровая мотивация:

Воспитатель просит подсказать Степашке, что делать, чтобы быть здоровыми. Воспитатель. Ребята, почему у нас Степашка сегодня такой грустный? Давайте спросим его, почему он грустный? Степашка сказал, что он заболел. Ребята скажите, а когда человек болеет, он, что не может делать? (Ответы детей). Степашка просит узнать у вас, что вы делаете, чтобы быть здоровым? (Ответы детей).

Воспитатель: Есть такая поговорка «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

Воспитатель: Я подумала и решила подарить, Степашке «Дерево Здоровья».

Воспитатель прикрепляет на доску нарисованное дерево. Но на нем, как вы видите, ничего нет. Я предлагаю повесить на наше дерево полезные советы в виде яблок. Для этого вам нужно нарисовать рисунки, с изображением, что нужно делать, чтобы быть здоровыми. Кто затрудняется в выборе рисунков, у меня на столе есть яблоки уже с нарисованными картинками. Но вам нужно выбрать правильное яблоко! Но сначала мы вспомним ,что же нужно, чтобы быть здоровыми.

Воспитатель: ПРАВИЛЬНОЕ И ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ. Ребята, а зачем правильно и полноценно питаться? (Ответы детей)

Воспитатель: Правильно. А какие вы знаете полезные продукты? Какие вы знаете витамины? Давайте Степашке посоветуем питаться только полезными продуктами и витаминами. Поговорка «Кто правильно питается, тот с болезнями не знает».

Игра «Полезные и вредные продукты».

Воспитатель: ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ. Ребята, скажите, а зачем заниматься спортом? А как мы занимаемся спортом? (Ответы детей). Делаем зарядку, занимаемся физкультурой, играем в подвижные и спортивные игры, делаем зарядку после сна, играем в хоккей, катаемся на коньках на велосипеде, плаваем и т.д.

Воспитатель: Раз вы ребята так дружны со спортом, я вам сейчас покажу картинки спортсменов. Посмотрите и скажите, как называются спортсмены, и каких предметов у них не хватает? (Презентация на экране) (Ответы детей). Лыжник- лыжи, фигурист- коньки, велосипедист- велосипед, хоккеист- клюшка и т. д.

Воспитатель: Ребята, а у нас есть веселая разминка. (на телевизоре).

Воспитатель: РЕЖИМ ДНЯ. Для чего нам нужен режим дня? Мы в детском саду и дома живем по режиму дня. Ребята я вам покажу картинки, на которых изображено разное время суток, а вы определите, что дети делают на картинке и определите, какое это время суток. Игра «Режим дня»

Воспитатель. Следующий совет нужно угадать с помощью загадок.

Загадки:

Возьмите меня, умывайтесь, купайтесь,

А что я такое-скорей догадайтесь.

И знайте: большая была бы беда,

Когда бы не я да вода-

На грязной, немытой шее

У вас жили бы гадкие змеи

И ядовитыми жалами

Кололи бы вас, как кинжалами.

А в каждом невымытом ухе

Засели бы злые лягухи,

И если б вы, бедные, плакали,

Они бы смеялись и квакали.

Вот, милые дети, какая беда

Была бы, когда бы не я да вода.

Берите меня, умывайтесь, купайтесь,

А что я такое-скорей догадайтесь. (Кусок мыла)

По утрам и вечерам

Чистит-чистит зубы нам,

А днем отдыхает,

В стаканчике скучает. (зубная щетка)

Без неё в хозяйстве трудно,

Некомфортно, неудобно.

Эта вещь нужна тебе,
И даже папе с мамой.
И не нуждается она
Ни в какой рекламе.
Такая неприметная, ... (Бумага туалетная)
Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою-
Что это такое? (Полотенце)
Белая река
В пещеру затекла,
По ручью выходит-
Со стен всё выводит. (Зубная паста)
Хожу, брожу не по лесам,
А по усам, по волосам.
И зубы у меня длиннее
Чем у волков и медведей. (Расческа)
Все девочки и мальчики
Носят меня в карманчике,
А как нужен стану
Так меня достанут
Чисто себя приберут
И обратно спрячут. (Носовой платочек).

Воспитатель: Правильно. А все вместе это будет ГИГИЕНА.

Воспитатель: ПРОГУЛКА. Для чего нам нужна прогулка? (Ответы детей).

Дышать свежим воздухом, двигаться, играть.

Воспитатель. Ребята поиграем в игру «Что мы делали не скажем, а что делали покажем». Воспитатель: ЗАКАЛЯТЬСЯ. Что значит закаляться?(Ответы детей)

Гулять в любую погоду, мыть руки прохладной водой, после сна делать разминку на дорожке.

Воспитатель: Ну а сейчас мы приступаем к рисованию наших полезных яблок. У вас на столах лежат листочки в виде яблок. Начинаем рисовать.

Итог: Прикрепляем наши яблочки к дереву, вот и получилось у нас «ДЕРЕВО ЗДОРОВЬЯ» для Степашки.



