Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности

в сохранении своего здоровья.

Задачи:

Образовательные задачи:

Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности

в сохранении своего здоровья.

Задачи:

Образовательные задачи:

Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности

в сохранении своего здоровья.

Задачи:

Образовательные задачи:

Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности

в сохранении своего здоровья.

Задачи:

Образовательные задачи:

Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности

в сохранении своего здоровья.

Задачи:

Образовательные задачи:

Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение «Детский сад №199»

Конспект по развитию речи

На тему: «Я здоровье берегу» 2 младшая группа

Баландина Ирина Павловна

Воспитатель группа № 5

Нижний Новгород 2022 год

Цель: формировать у детей основ здорового образа жизни, потребности в сохранение своего здоровья

Задачи:

***Обучающие задачи:***

- закреплять знания детей о предметах личной гигиены, и их назначениях;

- формировать у детей потребность заботиться о своём здоровье;

***Воспитательные задачи:***

- воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивыми, чистыми, аккуратными.

- Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

***Развивающие задачи:***

- вызвать интерес к выполнению культурно – гигиенических навыков,

побудить детей к постоянному их соблюдению.

- развивать наблюдательность, любознательность.

**Образовательная область:** Социально - коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, физическое развитие.

**Предварительная работа**: чтение художественной литературы: стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», произведений К. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе», Ротенберг Р. «Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья, рассматривание картинок, иллюстраций. Беседы с детьми о здоровье,

загадывание загадок. Организация дидактической игры «Что лишнее?».

Разучивание упражнений точечного массажа с элементами дыхательной гимнастики.

**Средства:** Игрушка Медведь, «Чудесный мешочек». Предметы личной гигиены(полотенце, мочалка, расчёска, зубная щётка, шампунь, носовой платок). Ваза с муляжами овощей, фруктов, шоколада и конфет. Картинки с изображением здорового и больного человека.

**Способы**: беседа, физкультминутка «Зарядка»,загадки, игровой массаж, физкультминутка « По ровненькой дорожке», дидактическая игра «Что лишнее?»

Ход НОД.

**Пальчиковая игра. «С  добрым  утром».**

С добрым утром, глазки!    Указательными  пальцами  поглаживать глаза.

Вы проснулись?                 Сделать из пальцев «бинокль» посмотреть в него.

С добрым утром, ушки!      Ладонями  поглаживать  уши.

Вы проснулись?                   Приложить  ладони  к  ушам  как «Чебурашка».

С добрым утром, ручки!     Поглаживать  то  одну, то  другую  руку.

Вы проснулись?                  Хлопки  в  ладоши.

С  добрым утром, ножки!  Поглаживание  коленок.

Вы проснулись?                  Потопать  ногами.

С добрым утром, солнце!   Поднять  руки  вверх, посмотреть  вверх

Мы  проснулись!                 (на солнце).

 А теперь присаживаемся на свои места

Стук в дверь

 Звучит музыка из мультфильма «Маша и медведь»

Воспитатель: Ребята к нам сегодня пришли гости, давайте поздороваемся с нашими гостями. Здравствуйте! При встрече говорят замечательное слово — «Здравствуйте!». здороваться, - значит желать друг другу здоровья и хорошего настроения

*Воспитатель вносит игрушку – медведя.*

Мишка:Дети, а что это значит быть здоровым? Здоровый человек, он какой? (ответы детей) Показ картинки.

Воспитатель: А когда человек болеет, то каким становится? (Ответы детей). Грустным, плаксивым, слабым. (Показ картинки.) - Так что же лучше быть здоровым или болеть? (Ответы детей). Здоровым.

Мишка: Я не знаю, что надо делать, чтобы не заболеть.

Воспитатель: Ребята, расскажем Мишке, что нужно делать? (Да) С чего начинается наш день в детском саду? (С зарядки)

Мишка: А что это?

Воспитатель: Давайте покажем Мишутке, как мы делаем зарядку? (Да)

***Физкультминутка «Зарядка»***  
Ручки потянули вверх,  
Словно там висит орех. (Потягивания - руки вверх.)  
Тянем в стороны потом,  
Словно обнимаем дом. (Потягивания -руки в стороны.)  
Ноги врозь, на пояс руки.  
Влево плечи разверни.  
А теперь направо. Ну-ка!  
Упражненье повтори. (Вращение туловищем в стороны.)  
А теперь пора попрыгать,  
Как лягушка: прыг-прыг-прыг.  
Кто устать боится мигом,  
Кто к зарядке не привык? (Прыжки на месте.)

Воспитатель: Какие молодцы, ребятки! Так хорошо мы позанимались и стали здоровее!

Мишка, тебе понравилось?

Мишка: Да, это было так здорово! Теперь и я каждый день буду делать зарядку!

Вы такие все красивые, нарядные! А вот я лохматый. У меня нет расчёски! Можно, мне пожалуйста вашу расчёску, я тоже хочу быть красивым!

Воспитатель: Ребята, разве можно давать свою расчёску кому – ни будь?! (Нет)

А почему? (Ответы детей, если дети затрудняются, воспитатель помогает ответить)

Нельзя, потому что это предмет личной гигиены, поэтому, им может пользоваться только один человек. Эти предметы должны быть у каждого свои. И если не соблюдать эти правила, то можно заболеть.

Ребята, давайте мы сходим с Мишкой в магазин нужных предметов, где купим для него всё, что нужно для личной гигиены. А по дороге подышим свежим воздухом, который полезен для здоровья

***Физкультминутка «По ровненькой дорожке».***

По ровненькой дорожке,         Дети идут шагом,

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки,

Раз-два, раз-два,

По камешкам, по камешкам,    прыгают на двух ногах,

По камешкам, по камешкам...

В яму — бух!                              приседают на корточки

Воспитатель: Вот и пришли. Посмотрите, а магазин то закрыт! Но вот записка лежит: «Ключик от магазина лежит в волшебном мешочке».

Ребята, и, правда, вот этот мешочек. Давайте посмотрим. Ещё одна записка! «Отгадайте загадки и магазин откроется». Ребята, попробуем отгадать? Мишутка, помогай нам!

Воспитатель поочерёдно достаёт карточки с загадками:

1. Их, детишки, берегите!

Не грызите всё подряд.

Сладостей поменьше ешьте,

Чтобы полным был отряд! *(зубы)*

2. По утрам и вечерам чистит зубы пастой нам

А днём отдыхает,

В стаканчике скучает *(зубная щётка)*

3. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пенится

Руки мыть не ленится *(мыло)*

4. Есть у каждого в квартире,

И по больше, И по шире.

После ванны, после душа,

Вас обнимет и просушит *(полотенце)*

5. Вместе с мыло и водой,

Я слежу за чистотой,

Пены для меня не жалко,

Разотру вас, Я-…*(мочалка)*

6. Ходит тут и ходит там,

Где проходит, не спеша

Там причёска, хороша! *(расчёска)*

7. Он тягучий, ароматный,

Волосы помыть приятно,

Мылится отлично,

Чтобы выглядеть прилично *(шампунь)*

Воспитатель: Какие молодцы, все загадки отгадали и теперь мы можем зайти в магазин

Посмотрите, как много товаров на полках! Нам надо выбрать для Мишки предметы личной гигиены. Чтобы он был красивым, здоровым, чистым! Возьмём сумочку. Что мы выберем? (Дети отвечают, воспитатель задаёт вопросы, а для чего это надо; а когда этим пользуются)

Дети, вместе с воспитателем собирают в сумочку полезные товары: зубную щётку, расчёску, мыло, мочалку, носовой платок, полотенце.

Воспитатель: Мишка, посмотри, сколько всего мы с ребятами полезного для тебя купили! Теперь ты сможешь соблюдать все правила личной гигиены, будешь здоровым и красивым!

Мишка: Спасибо большое!

Воспитатель: Мы так долго гуляли, что даже немножечко замёрзли, чтобы не заболеть, давайте погреемся.

Дети садятся на стульчики.

***Самомассаж лица****«Путешествие»*

Тук-тук-тук, тук-тук-тук, хлопают в ладоши

Наши ушки слышат стук

Вот ладошечки шуршат,       *потирание ладоней друг о друга*

Наши пальчики трещат.         *потирание кулачков друг о друга*

Теперь в ладоши громко бей,   *хлопки*

А теперь ты их согрей.                 *ладони на щёки*

К путешествию готовы?               *кулаки на коленях*

Да! руки вверх, ладони раскрыть

В путь отправимся мы снова:            *вращательные движения кистями*

Сядем мы на **самолет**

И отправимся в полет.            *руки вытянуты в стороны, ладони напряжены*

Мы теперь на корабле,             *ладони лодочкой,*

Нас качает на волне.                 *одна вверх, вторая вниз*

Едет поезд,                               *ребром ладони двигаем по коленям*

Колеса стучат.                         *кулачки стучат по коленям*

В поезде много веселых ребят.    *подушечками пальцев поочередно нажимаем на колени*

Воспитатель: Ребята, а что ещё необходимо для того, чтобы быть здоровым? Мы с вами говорили уже – соблюдать правила личной гигиены, заниматься физкультурой, гулять на свежем воздухе, а ещё? (есть витамины)

- Мишка, ты, что любишь кушать? (Мёд) Мёд очень полезен! В нём очень много витаминов! Посмотрите, на столе стоит ваза с разными продуктами!

Давайте соберём для Мишутки гостинцы, полезные для здоровья!

***Игра «Что лишнее?» (*** в вазе лежат муляжи фруктов, овощей, конфеты)

Дети собирают в сумочку овощи, фрукты.

Воспитатель: Мишутка, посмотри, сколько подарков ребята приготовили для тебя! Всё очень полезно для здоровья. Кушай и никогда не болей!

Мишка: Спасибо большое ребятки! Мне очень приятно! Сегодня я узнал, что нужно делать, чтобы не заболеть.

Воспитатель: Ребята, а что же нужно делать чтобы не заболеть? (ответы детей: соблюдать правила личной гигиены, т.е. быть чистым; заниматься физкультурой; гулять на свежем воздухе; кушать полезную пищу)

Вы все сегодня большие молодцы!

А теперь пора прощаться с Мишуткой! Давайте ему скажем до свидания!

Дети прощаются с Мишуткой. Звучит музыка из мультфильма «Маша и

медведь». Мишка уходит