

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому развитию воспитанников № 113**

г. Екатеринбург, ул. Шарташская, 16, тел./факс (343)350-13-08 e-mail: mdou113@eduekb.ru <https://113.tvoysadik.ru/>

**Конспект НОД .
Тема: «Путешествие в страну здоровья».**

Выполнил:
воспитатель
первой квалификационной категории
Федотова А.А.

Екатеринбург
Ноябрь 2024г.

Цель: Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

Образовательные: познакомить детей как нужно заботиться и укреплять здоровье; дать представление о микробах; закрепить знания о пользе витаминов.

Развивающие: развивать интерес к здоровому образу жизни, развивать речь, обогатить словарь детей (микроскоп, лупа, микроб), расширить кругозор об окружающем мире.

Воспитательные: воспитывать доброе отношение к окружающим, воспитывать навыки работы в совместной деятельности.

Демонстрационный материал: микроскоп, лупы, надувное «сердце», рисунок человека, кувшин с водой, яблоко, рисунки в виде микробов, продукты питания.

Раздаточный материал: лупы, шаблоны в виде лиц, карандаш, яблоки.

Методические приёмы: игровая ситуация, беседа-диалог, эксперимент, рассматривание иллюстраций и беседа по ним, рассказ.

Комплекс дел по подготовке: разучивание стихотворений.

Ход занятия:

Воспитатель: Каждое утро наша встреча в детском саду начинается со слова «Здравствуйте!».

Воспитатель: А вы знаете вы ведь не просто поздороваемся, а дарим друг другу частичку здоровья, потому что сказали, здравствуйте! Русская народная пословица говорит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь». А кому вы еще говорите это слово?

Дети: Маме, папе, бабушке, соседям, друзьям, знакомым.

Воспитатель:

Что такое здравствуй

Лучшее из слов,

Потому что «здравствуй»

Значит, будь здоров.

Правило запомни,

Знаешь — повтори:

Старшим это слово

Первым говори.

- Ребята, а вы знаете, что такое здоровье?

(Ответы детей)

Воспитатель: быть здоровым очень важно, быть здоровыми хотят взрослые и дети. А как беречь своё здоровье мы сегодня и узнаем. Чтобы узнать ответ на этот вопрос предлагаю отправиться в страну «Здоровья». А путешествовать мы будем на паровозе *(Вешаем паровоз с вагоном и раздаётся гудок)*

Вагончики-вагончики

По рельсам тарахтят.

Везут в страну Здоровья

Компанию ребят!

И первая станция, на которую мы отправимся, называется «**ЧИСТОТА-ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ**».

Воспитатель:

- Ребята, а вы любите играть игрушками, помогать родителям по дому?

(Ответы детей).

- От игры или работы у нас руки становятся грязными, и ни чего тут страшного нет. На то они и руки.

- Что ребята нужно делать, чтобы руки были чистыми? *(ответы детей).*

-А что может произойти, если перед едой не мыть руки, я сейчас вам расскажу.

Итак, сказка.

Стихотворение:

Жил- был микроб

Микробы бывают разные

Ужасные, опасные,

Страшные и грязные,

Корявые, упрямые,

Противные, заразные

Такие безобразные.

(Показать детям микроб).

Он очень любил путешествовать. У него не было постоянного дома, и он жил, где хотел. И однажды решил микроб прогуляться по организму человека (Рисунок человека вешаю на доску). Забрался он на руки и стал ждать. И решил человечек покушать. Сел за стол и начал кушать и тут же микроб поселился в человечке и стал раскрывать свой чемоданчик с ядом (показать, прилепить много микробов на человечка).

- Ребята что произошло с человеком? *(ответы детей).*

- Ребята, а что же нужно было сделать нашему человечку, что микроб не пробрался к нему в организм? *(мыть руки перед едой).*

Воспитатель: Но не всегда микробы попадают к нам в организм через грязные руки, ещё они живут, например на не мытых яблочках. Микробы настолько маленькие существа, что наши глазки их не могут рассмотреть.

И учёные изобрели прибор *(Показать микроскоп)*, который называется микроскоп. В нем есть удивительное стекло, при помощи которого можно увидеть то, что мы никогда не видим.

-И сейчас мы с вами проведём эксперимент.

- У вас на столах лежат яблоко, и прибор главной деталью которого является увеличительное стекло, который называется лупа. Это стекло в лупе увеличивает все предметы. Были предметы маленькими, а станут большими. А давайте проверим с помощью лупы, нет ли на наших яблочках тех самых микробов.*(Показываю на человечка с микробами).* Возьмём яблоко и рассмотрим в лупу есть ли они там. *(Рассматриваем и дети говорят, что они там видят).*

- А теперь посмотрите, что произойдёт, если я полью воду из кувшина на своё яблочко, на котором тоже живут микробы. *(Демонстрация).*

- Что произошло?

- Значит, микробы бояться воды? А ещё страшнее для микробов мыло душистое, потому, что оно их уничтожает.

- Ребята что нужно делать, чтобы противные микробы не попали к нам в организм? (*Ответы детей*). Мыть руки перед едой и мыть фрукты и овощи.

Воспитатель: Здесь поможет нам всегда только чистая вода. От простой воды и мыла у микробов тают силы. Теперь мы знаем, как бороться с коварными микробами и они нам не страшны.

Молодцы! 2 этап. Необычное дерево.

На дереве висят зубные щетки, пасты, расчески, мыло, полотенце.

Воспитатель: Ребята, что это? (Дерево.)

Воспитатель: А что на нем растет? (Зубные щетки, пасты, расчески, мыло, полотенце.)

Воспитатель: Вы встречали такие деревья? (Нет.)

Воспитатель: Значит это, какое дерево?

Дети: Это необычное дерево.

Воспитатель: Для чего нужно мыло?

Дети: Чтобы мыть руки.

Воспитатель: Когда мы моем руки?

Дети: Мы моем руки перед едой, после прогулки, когда испачкаются руки после рисования или лепки, после того, как погладили животных, ведь на их шерсти много микробов.

Воспитатель: Для чего нужно полотенце?

Дети: Чтобы вытираться.

Воспитатель: Для чего нужна расческа?

Дети: Чтобы причесываться.

Воспитатель: Для чего нужна зубная щётка?

Дети: Чтобы чистить зубы.

Воспитатель: Двигаемся дальше, следующая станция называется «**ВИТАМИННАЯ**».

- Ребята вы что-нибудь слышали о витаминах? (*Ответы детей*).

- А вы знаете, где живут витамины?

Воспитатель: Витамины живут в продуктах питания, а в каких продуктах они живут нам помогут выяснить наши помощники.

Давайте послушаем стихотворение про витамин А

Р-к: (Диана)

Помни истину простую

Лучше видит только тот

Кто жуёт морковь сырую

Или пьёт морковный сок.

-Какой продукт нужно кушать чтобы витамин А попал к нам в организм? На столе будут лежать продукты р-к будет подходить и брать соответствующий продукт, и он его положит в корзинку.

Давайте послушаем стихотворение про витамин В.

Р-к: (Василиса)

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку

Черный хлеб полезен вам

И не только по утрам.

-Какой продукт нужно кушать чтобы витамин В попал к нам в организм? Дать ребёнку продукт, и он его положит в корзинку.

Давайте послушаем стихотворение про витамин С.

Р-к: (Даня)

От простуды и ангины

Помогают апельсины

Ну, а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.

-Какой продукт нужно кушать чтобы витамин С попал к нам в организм? Дать ребёнку продукт, и он его положит в корзинку.

Давайте послушаем стихотворение про витамин Д.

Р-к: (Саша)

Рыбий жир всего полезней

Хоть противный - надо пить

Он спасает от болезней

Без болезней лучше жить.

-Какой продукт нужно кушать чтобы витамин Д попал к нам в организм? Дать ребёнку продукт, и он его положит в корзинку.

Посмотрите мы целую корзину набрали витаминов.

«Никогда не унываю и улыбка на лице, потому что принимаю витамины АВСД».

- Человек становится не только здоровым когда принимает витамины, но и когда делает каждый день зарядку. Предлагаю вам ребята встать и сделать зарядку.

Физминутка:

Я согнусь, разогнусь (Наклоны вперед)

В мячик поиграю (Прыжки на месте)

Попляшу (Прыжки вокруг себя)

Покручусь (Прыжки вокруг себя)

И здоровья наберусь (Сгибают руки к плечам).

Молодцы!

Воспитатель: *Гудок.* Прибываем на станцию «**Настроение**».

Воспитатель: Человек может радоваться и огорчаться, веселиться, плакать. От того какое настроение у человека зависит его здоровье. А теперь я хочу проверить умеете ли вы правильно умываться.

Массаж лица «УМЫВАЛОЧКА»

Надо, надо нам помыться (Хлопают в ладоши).

Где тут чистая водица (Показывают руки то вверх ладонями, то тыльной стороной).

Кран откроем Ш-Ш-Ш (делают вращающие движения кистями).

Руки моем Ш-Ш-Ш (растирают ладони друг о друга).

Щеки ,шейку мы потрём (поглаживают щеки и шею).

И водичкой обольём (мягко поглаживают ладонями лицо ото лба к подбородку).

- Ребята, а у вас хорошее настроение? Какое? Покажите нам всем. Давайте нарисуем его (*Шаблоны личика*).

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие по стране «Здоровья».

Давайте ещё раз посмотрим, на каких станциях мы побывали

Чтобы быть здоровыми

Нужно умываться

Правильно питаться

И чаще улыбаться.

Что больше всего понравилось на занятии? (*Ответы детей*).

Молодцы ребята, вы сегодня хорошо занимались, активно трудились. Все молодцы!

- И в память о нашей встрече, чтобы у наших гостей всегда было хорошее настроение, мы подарим наши улыбки. (*Дети дарят гостям свои улыбки*).

Воспитатель: Ребята я тоже хочу вам подарить улыбки, чтобы у вас осталось хорошее настроение от нашего занятия.

Воспитатель: Каждый человек должен заботиться о своём здоровье.

БУДЬТЕ ВСЕ ЗДОРОВЫ!

А, теперь не теряя времени, даром давайте помоем наши яблочки и пополним запасы нашего организма новой порцией витаминов.

Предложить детям помыть яблоки от микробов и съесть их.

Игра: «Да, нет».

Мы будем мыть руки с мылом?

Спортом будем заниматься?

Мы будем кушать грязные фрукты?

Мы будем всегда улыбаться?

Спасибо всем за внимание.

Вагончики, вагончики

По рельсам тарахтят

Везут они детишек

Обратно в детский сад.