Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение

 «Детский сад № 99 комбинированного вида «Домовенок» г. Орска»

***Конспект занятия***

*Тема: «****Я здоровье берегу - сам себе я помогу***



*Образовательная область:*«физическое развитие»

*Возрастная группа:* вторая младшая

 **Подготовила:**

 *Саушева Екатерина Валерьевна*

Орск, 2024 г.

***Тема:***«***Я здоровье берегу - сам себе я помогу***»

***Цель:***формирование у детей основ здорового образа жизни, потребности в сохранении своего здоровья.

***Задачи:***

*Образовательные:*

- Закреплять представления о допустимых пониманиях детей способах укрепления и сохранения здоровья (утренняя гимнастика, выполнение культурно-гигиенических навыков, употребление в пищу полезных продуктов).

- Закреплять знания детей о предметах личной гигиены, и их назначении;

- Познакомить с новым предметом гигиены - «зубная щетка», её назначением;

*Развивающие:*

- Развивать познавательно - эмоциональный интерес, двигательную активность детей;

- Развивать наблюдательность, любознательность;

 *Воспитательные:*

- Воспитывать желание заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих;

- Воспитывать чувства отзывчивости, сопереживания, доброго отношения к взрослым и детям.

***Работа над словарем*:**вредно-полезно, правила здоровья.

***Приемы руководства деятельностью детей:***

1. *Приемы постановки целей и мотивации деятельности детей*: создание проблемной игровой ситуации.
2. *Приемы активизации деятельности детей в процессе занятия*: игровые, словесные.
3. *Приемы организации практической деятельности детей*: д/игра «Вредно-полезно»
4. *Приемы поддержания интереса у детей*: игровая деятельность, чередование видов детской деятельности.
5. *Приемы оценки и самооценки*: похвала, помощь воспитателя, взаимопомощь.

***Создание среды для организации и проведения занятия***:игрушка Антошка, алгоритм умывания и пользования предметами гигиены, дидактическая игра «Вредно-полезно».

***Виды детской деятельности в ОД:***

***Игровая:*** психогимнастика, игровой массаж, д/игра «Вредно-полезно».

***Познавательная:***алгоритм умывания и пользования предметами гигиены,

***Коммуникативная:*** игровая деятельность, свободное общение.

***Планируемые результаты:***

*Личностные качества:* активный, любознательный, эмоционально отзывчивый, коммуникативный.

*Интеллектуальные:* знает значение предметов гигиены, владеет знаниями о вредных и полезных продуктах, правилах здоровья.

*Физические:* развита двигательная активность.

***План занятия***

|  |  |
| --- | --- |
| *1.Вводная часть:* Создание проблемной ситуации.Создание мотива для деятельности детей. Определение цели.Анализ обследование, выводы.*2. Основная часть:*Практические упражненияПсихогимнастика.Игровой массаж. Д/игра «Вредно-полезно».Физкультминутка «Утренняя зарядка»*3.Заключительная часть:*Оценка деятельности детей.Подведение итогов ОД.ДлительностьОД  | 2 мин10 мин3 мин.15 мин. |

***Ход***

***образовательной деятельности***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Части ОД**  | **Содержание** | **Области** |
| ***1. Вводная часть*** | *(Воспитатель звонит в колокольчик),* Колокольчик озорной,Колокольчик звонкий,Он зовёт нас за собойПоиграть немного!*(Воспитатель приглашает детей встать в круг и взяться за руки).* - Ребята, давайте возьмемся за руки и поздороваемся с новым днем!**Психогимнастика «Доброе утро»**С добрым утром!С новым днём! С новым солнцем за окном! Утро доброе встречай! День хороший начинай!» - Почувствуете тепло ваших ладошек. А теперь друг другу улыбнемся и подарим хорошее настроение.*Слышится плачь(голос)***Воспитатель:**Ребята, кто-то, плачет! Кто же это может быть? Мне кажется, это плачет Антошка! *(Вносит игрушку Антошку)* Что случилось?Антошка ты, что замерз? **Антошка: (запись голоса)**У меня печальный видГолова моя болитЯ чихаю, я охрипОх, наверно, это грипп! (чихает)**Воспитатель:** Ой, Антошка, ты не совсем здоров?Ребята, что нужно сделать, чтобы Антошка нас не заразил?*(надеваем маску)***Воспитатель:** А, как вы думаете, почему Антошка заболел?*(много гулял, не делал зарядку, кушал вредную еду!)*Как ему помочь? Что мы можем для сделать? (*дети говорят о том, что Антошку нужно научить соблюдать правила здоровья)* | *Познавательное развитие**Социально-коммуникативное развитие**Речевое развитие* |
| *2.****Основная часть***. | **Воспитатель:** Ребята, давайте расскажем Антошке правила здоровья. Но для начала, поможем ему согреться.**Игровой массаж.** Так, давайте все садимся, Поудобней примостимся, За массаж вы принимайтесь, Попрошу вас, постарайтесь. Наш массаж сейчас начнем И ладошки разотрем (4-6) Ушки ты свои найди И скорей их покажи (4 р) (за середину уха тянуть вверх) А сейчас все тянем в низ. Ушко ты не оторвись! Теперь ладошками мы плечики потрем. Растирай, старайся и не отвлекайся, А потом, ножки разотрем! Ножкам разминка тоже обязательна Выполняй ее старательно. Раз-два, раз-два, вот и кончилась игра.Ну вот мы и помогли согреться Антошке! **Антошка:** Ой, как жарко стало, разденусь я! *(Антошка снимает шапку)***Воспитатель:** Антошка какой ты лохматый! Ах, какие у тебя руки грязные!Ребята, что нужно сделать, чтоб руки стали чистыми?*(помыть их)*Мы с вами сейчас покажем Антошке как правильномыть руки!*(Дети имитируют движения, следуя инструкции на картинке)*Моем-моем ручки наши,Будут ручки наши краше,Чистотою засверкают,Белизною засияют.Ребята для чего нам нужно полотенце?*(ответ детей)*Для чего нужна расческа?*(ответ детей)*Это ребята зубная щетка!*(показать зубную щетку)*А для чего нам нужна зубная щетка?*(ответ детей)***Воспитатель:** Как вы думаете, сколько раз в день нужно чистить зубы?***(****Два раза в день, утром и вечером!)***Воспитатель:** а для чего нам нужно чистить зубы?***(****Чтобы зубы были здоровыми и белыми!)*Вот мы и научили Антошку правилам гигиены! *(даём Антошке картинку «Мойдодыр»)*Это первое правило здоровья!**Воспитатель:** Ребята, а что ещё нужно делать по утрам, чтобы оставаться здоровым? *(делать зарядку)* Предлагаю показать Антошке, как мы с вами делаем зарядку.**Физкультминутка** «Утренняя зарядка»Каждый день по утрамДелаем зарядку. (Ходьба на месте.)Очень нравится нам делать по порядку:Весело шагать, (Ходьба.)Руки поднимать, (Руки вверх.)Приседать и вставать, (Приседание 2 раз.)Прыгать и скакать. (прыжки).Молодцы ребята, мы показали, как нужно делать зарядку, Антошка ты запомнил? *(даём Антошке картинку с утренней гимнастикой)*Это второе правило здоровья!А ещё, чтобы наши зубы были здоровыми, нужно правильно питаться. Кушать полезные продукты. А вы знаете какие продукты полезные? Поможем Антошке выбрать полезные продукты?**Игра «Полезное- вредное»***(Дети находят полезные продукты и складывают в корзину)*Воспитатель: Молодцы ребята вы хорошо знаете полезные продукты!Теперь и Антошка тоже знает какие продукты полезные!*(даём Антошке картинку с полезными продуктами)*Это третье правило здоровья!Антошка ты запомнил правила?**Антошка:**Ой, спасибо большое, теперь я знаю правила здоровья, знаю, что нужно сделать, чтобы не заболеть!Я думаю пришло время снять маску Антошке, как вы считаете ребята? | *Речевое развитие**Социально-коммуникативное развитие**Физическое* *развитие**Познавательное* *развитие* |
| *3.****Заключительная часть.*** | **(***Воспитатель приглашает детей в круг)***Воспитатель:** Ребята кто к нам сегодня приходил?А что с ним случились? Как мы помогали Антошке? (*на мольберт ставим картинки с правилами.* - Ребята, мы еще раз с вами вспомним, что нужно делать, чтобы быть здоровыми! *(рассказ детей по картинкам)*Я предлагаю Антошке немного у нас погостить и поиграть! - Ребята, вы такие молодцы!Ваша умная головка Думала сегодня ловко Ушки всё услышали  Глазки посмотрели Ручки всё исполнили Ножки посидели -Я надеюсь, что вы все будете соблюдать эти правила и вы не будите болеть! | *Познавательное развитие Социально-коммуникативное развитие**Речевое развитие**Физическое развитие* |