**Конспект НОД**

**по познавательному развитию**

**в средней группе**

**Путешествие в волшебную страну «Здоровье»**

**Цель:** Формировать у детей представления о здоровом образе жизни.

**Программное содержание:**

1. Продолжать воспитывать привычку следить за своим внешним видом. Закрепить знания детей с понятием «Здоровье». Умение заботиться о своем здоровье; закрепить понятие – правильное понятие.

2. Закреплять привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой по мере загрязнения, после туалета; Закрепить правила содержания тела в чистоте.

3. Закреплять умение пользоваться расческой индивидуальной;

4. Употреблять в пищу овощи и фрукты, другие полезные продукты; развивать знания о пользе фруктов и овощей.

5. Укреплять здоровье физическими упражнениями. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, спорту и самомассажу.

6. Расширять представление детей об условиях, необходимых для здоровья человека (питание, свежий воздух).

7. Совершенствовать диалогическую речь.

**Методические приемы:** 1. Чтение стихотворения К. Чуковского «Мойдодыр» - отрывок; «Овощи» Ю. Тувим.

2. «Чудо дерево», вопросы по содержанию беседы: «Почему нужно содержать тело в чистоте»?

3. «Почему нужно чистить зубы 2 раза в день

5. Загадки и отгадки об овощах и фруктах.

6.Чтение стихов детьми о витаминах А, В, С. Д.

7. Загадки об овощах и фруктах.

8. Настольная игра «Собери фрукты, овощи» из пазлов,

9. Аудиозапись - «шум природы», изображение леса, гор, природы;

10. Цветы из бумаги для хорошего настроения.

11. Аутотренинг.

**Оборудование:** «Волшебное дерево Мойдодыра», с предметами личной гигиены (мыло, полотенце, зубная паста, щетка, расческа).

**Иллюстрации:** корзина с фруктами и овощами, от «Феи витаминов».

**Ход занятия**

Дети заходят в группу, здороваются с родителями и гостями.

1. В**оспитатель**: Ребята, какой сегодня прекрасный день. У нас много гостей, на улице весна, светит солнце, птицы поют и у нас хорошее настроение. Возьмитесь за руки и сделайте круг. Я хочу вас спросить: «Что означает слово «Здравствуй»? (ответы детей).

**Воспитатель:** Это означает ребята, что вы желаете нашим гостям и своим друзьям «Здравия, здоровья». А здоровье, это то, является самым главным в жизни человека. Вы согласны со мной? (ответы детей).

**Воспитатель:** Тогда давайте мы поздороваемся друг с другом и сделаем это в игре: Игра «Здравствуй друг», по кругу.

Здоровье – это сила, красота, хорошее настроение и когда все получается. А вы хотите быть здоровыми? А вы любите путешествовать? А на чем можно отправиться в путешествие?

**Дети:** машина, автобус, самолет и т. д.

**Воспитатель:** я предлагаю вам сегодня отправиться в путешествие в волшебную страну «Здоровье», а поедем мы на поезде. Согласны? Занимайте места в вагончиках, а я буду машинистом (в руках иллюстрация поезда), включить аудиозапись с шумом воды, пением птиц, передвигаемся по группе, (обращаю внимание детей на красоту природы).

**Воспитатель:** Ребята, как красиво вокруг, мы проезжаем мимо нашего детского сада, по нашему красивому городу Владикавказ. Мы видим красивые высокие горы, густые леса, шумные реки. А какая река протекает по середине нашего города? - Терек. Такая красивая природа только в нашей Республике, как называется наша Республика? Правильно, Северная Осетия-Алания. Мы подъезжаем к волшебной стране «Здоровье».

1. Воспитатель Ребята, вот мы и прибыли в волшебную страну «Здоровье». Выходите из вагонов. Какой здесь чистый воздух. Вдохните глубоко, как красиво вокруг. Сколько здесь красивых цветов и дышится легко.

**Воспитатель:** А как вы думаете, кто живет в стране «Здоровье»?

**Дети:** Ответы детей.

**Воспитатель**: Здесь живут люди, которые никогда не болеют. А что делать, чтобы не болеть и быть здоровыми? (ответы детей). Правильно, нужно делать зарядку, заниматься физкультурой, гулять на свежем воздухе, правильно питаться, иметь хорошее настроение и следить за чистотой тела.

А как мы узнаем, что у человека хорошее настроение? (ответы детей). Правильно – человек улыбается. А когда плохое настроение – человек хмурый, грустный. Сделайте на лице хорошее настроение. А теперь плохое. Ребята, а сейчас у вас хорошее настроение или плохое. А что лучше, хорошее или плохое настроение? (ответы детей).

Выберите цветы по своему настроению и подарите эти цветы гостям с улыбкой, чтобы и у них было хорошее настроение (дети дарят цветы).

**Воспитатель:** Ребят, давайте выполним с вами зарядку (повернуть детей лицом к гостям). «Каждый день по утрам, делаем зарядку»,

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать, руки поднимать,

Руки опускать, приседать и вставать

Прыгать и скакать. (Выполнять движение соответственно тексту).

Незаметно занести Чудо дерево.

А что это за дерево такое? Давайте подойдем поближе.

Как у наших у ворот,

Чудо дерево растет

Чудо – чудо – чудо – чудо - расчудесное.

Не листочки на нем, не цветочки на нем,

А предметы личной гигиены.

**III. Воспитатель**: Может это дерево Мойдодыра? Что на нем растет? (дети перечисляют: зубная щетка, зубная паста, мыло, полотенце, расческа). Для чего нужны эти предметы? (ответы детей). Чтобы мы были здоровы и не было болезнетворных микробов, нужно: мыть руки после туалета, перед едой, когда погладит животных, купаться, чистить зубы 2 раза в день - утром и вечером, причесываться своей расческой. Давайте вспомним стихи

К. Чуковского «**Мойдодыр»:**

Надо, надо умываться,

По утрам и вечерам, а немытым трубочистам

Стыд и срам, Стыд и срам,

Да здравствует мыло душистое

И полотенце пушистое.

И зубной порошок и густой гребешок.

(В это время незаметно занести корзину с овощами и фруктами).

**Воспитатель: (**Обращаю внимание детей на корзину).

Интересно, кто здесь ее оставил для нас? Может Фея витаминов к нам приходила, а мы ее не заметили? Давайте посмотрим, что в ней есть? (дети перечисляют, что есть в корзине).

Что это? (Овощи и фрукты).

Ребята, а фрукты и овощи нам нужны? (ответы детей). Чем они полезны? (ответы детей). Да, в них много витаминов.

Воспитатель: Я вам сейчас загадаю загадки, а вы попробуйте - отгадайте (1-2). А какой овощ самый нужный и полезный? (ответы детей).

Я сейчас вам прочитаю стихотворение Тувима «Овощи» и мы узнаем, какой из овощей самый нужный и полезный. (Читаю).

Оказалось ребята, что все овощи нужны и важны, потому что в них есть витамины, которые нужны человеку, чтобы быть здоровым и у каждого витамина свое название по буквам - А, В, С, Д и другие.

Сейчас нам наши дети расскажут о некоторых витаминах, а мы послушаем.

**СЦЕНКА – «Витаминки» в стихах**. (У детей на головах атрибуты).

**Воспитатель:** Ребята, вы очень хорошо знаете пользу витаминов, знаете о пользе фруктов и овощей в нашем питании. Они вам помогают расти здоровыми, сильными, крепкими. Всем спасибо.

А сейчас поиграем в игру «Собери овощи». Разрезные овощи и фрукты (по подгруппам). Молодцы.

**IV.** Для хорошего настроения сейчас я вам буду читать маленькие стихи. Если в них будет говориться о том, что правильно – вы все вместе говорите – «**ПРАВИЛЬНО»**, а если в стихах что- то говорится неправильно – вы говорите – **«НЕПРАВИЛЬНО**». Слушайте внимательно.

1. Чтоб расти и закаляться - надо спортом заниматься.
2. Будет пусть тебе не лень чистить зубы 2 раза в день.
3. Чтобы зубы не болели, ешь конфеты – карамели.
4. Фрукты и овощи перед едой тщательно, очень старательно мой.
5. Если на улице лужа и грязь, надо туда непременно упасть.
6. Вот еще совет простой, руки мой перед едой.

А у меня для вас есть еще особый рецепт. Вот послушайте.

**Никогда не унываю,**

**Потому что принимаю**

**Витамины А, В. С.**

**Воспитатель:** Ребята, есть еще витамины в аптеках. Их тоже полезно принимать, но только под контролем мамы. Хорошие советы я вам прочитала? (Да).

**РЕФЛЕКСИЯ:**

Наше путешествие подошло к концу.

Где мы побывали? Что интересного увидели и узнали?

А что бы вы хотели пожелать нашим гостям?

**Дети:** Быть здоровыми.

**Воспитатель:** И я вам желаю доброго здоровья. Вам и нашим гостям. Нам пора возвращаться в детский сад. Занимайте свои места в вагончиках и поедем. В детском саду нас ждет витаминное угощение, но сначала помоем руки.