

Познавательное занятие
тема: «Моё здоровье в моих руках»

средняя группа

Программное содержание:

1. Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни, знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».
2. Расширять представления детей о полезных и вредных для зубов продуктах.
3. Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием «Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми».
4. Учить детей понимать важность для здоровья гигиенических процедур, движения, закаливания, положительного эмоционального состояния.
5. Обогащать словарь детей (кариес, стоматолог).
6. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Предшествующая работа: чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр», Дидактическая игра «Что полезно, что вредно», беседа «Чтобы зубы не болели».

Материал: игрушка-макет «Мойдодыр», мешочек с предметами личной гигиены (расческа, зубная паста, зубная щетка, мыло, мочалка, шампунь, полотенце), игра «Что полезно для зубов», рисунки «Зуб здоровый», «Зуб больной», ноутбук, проектор.

Ход:

Воспитатель: Здравствуйте, ребята, посмотрите, на экран. Как вы думаете, о чем мы сегодня будем с вами говорить? Слайд 1

Ответы детей

Воспитатель: Правильно, ребята. Мы сегодня с вами будем говорить о нашем здоровье. А как узнать, что человек заболел? А какого человека можно назвать здоровым? Слайд 2

Воспитатель: Молодцы, здоровье – это сила, красота, хорошее настроение, ничего не болит. А болезнь – это когда плохо себя чувствуешь, нет аппетита, хочется полежать, грустное настроение.

Воспитатель: Знаете, ребята, сегодня я хочу вас пригласить в путешествие Здравейки. А путешествовать мы с вами будем на замечательном паровозе. Пора занимать места – давайте все встанем друг за другом. Поехали!

(дети встают за воспитателем в колонну)

Слайд 3 паровозик

Воспитатель: Станция «Чистюли». *(дети садятся на стульчики)*. На этой станции нас встречает... А чтобы узнать его нужно отгадать загадку:

Он великий умывальник

Знаменитый командир

Умывальников начальник

Он зовется ... Мойдодыр! *(воспитатель выносит из-за ширмы Мойдодыра)*.

Мойдодыр: Здравствуйте ребята!

Мойдодыр: Я пришел узнать, нет ли среди вас «грязнуль» и проверить, как вы заботитесь о своем здоровье.

Воспитатель: Ребята, среди нас ведь нет «грязнуль»? (нет). Давайте расскажем, Мойдодыру,

что нужно делать, чтобы не быть грязнулей. *(ответы детей)*.

Воспитатель: Ребята, а Мойдодыр приготовил для нас игру «Чудесный мешочек». Вам нужно отгадать загадку и достать отгадку из мешочка.

Пушинка Акулинка

Пошла гулять по спинке

И пока она гуляла,

Спинка розовая стала. (Мочалка).

Гладкая спинка,

Жесткая щетинка.

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щётка).

Чтоб без сажи были лица,

Предлагаю всем умыться.

А чтоб тело чистым было

Вам поможет в этом... (Мыло).

Всех лохматых расчесать,

Кудри в косы заплетать,

Делать модную причёску

Помогает нам... (Расчёска).

Мягкое, пушистое,

Беленькое, чистое

В душ его возьму с собой

Буду чистый и сухой. (Полотенце).

Ответы детей. Дети садятся на стульчики.

Мойдодыр: Молодцы, ребята, вы любите чистоту.

Воспитатель: Ребята, нам пора продолжить наше путешествие. Давайте попрощаемся с Мойдодыром. *(дети встают за воспитателем в колонну)*

Слайд 3 паровозик

Воспитатель: станция «Улыбка»

Воспитатель: Какое веселое название у этой станции! Кого же мы здесь встретим? *(дети подходят к столу рассматривают картинки)*.

Воспитатель: Чем отличаются эти зубы? *(ответы детей)*.

Воспитатель: Почему этот зубик белый и здоровый? (его чистили, ротик полоскали после еды)

Воспитатель: Какие полезные продукты необходимо кушать, чтобы зубки не болели?

Воспитатель: А почему этот зубик стал больным? (его не чистили) А чем его накормили?

Воспитатель: Какое же настроение у больного зубика? (грустное, плохое).

Воспитатель: Как называется доктор, который может вылечить больной зуб? (стоматолог).

Воспитатель: А сейчас мы поиграем в игру «Что полезно, что вредно для зубов» *(дети под изображением зубов раскладывают на столе карточки с различными продуктами питания)*.

Воспитатель: давайте проверим, правильно вы положили картинки?

Воспитатель: Молодцы, ребята, вы знаете, как нужно ухаживать за зубами. Теперь у всех

будут замечательные улыбки!

Воспитатель: Нам пора снова в путь. *(дети встают за воспитателем в колонну)*

Слайд 4 паровозик

Воспитатель: станция «Подвижная». Что делают на этой станции? *(ответы детей)*

Воспитатель: правильно, чтобы быть здоровым нужно заниматься физкультурой. Давайте все встанем и немного поиграем.

Проводится физкультминутка.

Мы топаем ногами

Мы хлопаем руками

Качаем головой, качаем головой.

Мы руки поднимаем

Мы руки опускаем

Мы руки уберем

И прыгаем кругом.

Слайд 5 паровозик *(дети встают за воспитателем в колонну)*

Воспитатель: Вы готовы отправиться дальше? Поехали!

Станция «Закаляево»

Воспитатель: Чтобы быть здоровым, нужно закаляться. Ребята расскажите как вы умеете закаливаться. *(ответы детей)*. Давайте посмотрим какие бывают закаливающие процедуры. *(картинки слайды)*

Воспитатель: Что быть здоровым полезно делать массаж. Давайте я вам покажу как нужно его делать. *(дети выполняют упражнения массажа)*.

Подходи ко мне дружок

И садись скорей в кружок

Ушки ты свои найди

И ребятам покажи

Ловко с ними поиграем

Вот так хлопаем ушами

А сейчас потянем вниз

Ушко, ты не отвались!

А потом, а потом

Мы покрутим козелком

Ушко, кажется замерзло

Отогреть его так можно

Раз, два, раз, два

Вот и кончилась игра.

Воспитатель: молодцы, ребята, вы все правильно сделали. Теперь ваши ушки будут здоровы!

Воспитатель: Ну что ж, нам пора возвращаться в детский сад. Паровозик уже ждет. *(дети встают за воспитателем в колонну)*

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие Здравейки. О чем вы узнали в путешествии? Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Воспитатель: Теперь хочу дать вам один совет: если злиться, хмуриться, сердиться – можно быстро заболеть! А хорошее настроение и улыбка всегда защищает от болезней! Давайте подарим друг другу улыбку – сначала я вам подарю улыбку, а потом вы мне!

С вами было очень интересно и весело, а теперь мне пора к другим ребятам, до свидания!