

## Конспект итогового занятия по познавательному развитию

### Тема: «Путешествие в волшебную страну Здоровья»

Цель: формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

Образовательные области:

#### Здоровье

1. Закреплять знание детей с понятием здоровье, умение заботится о своем здоровье.
2. Развивать потребность быть здоровым.
3. Воспитывать интерес к физическим упражнениям и самомассажу.

#### Безопасность

1. Формировать представление о способах ухода за своим телом.
2. Закреплять понятие «*правильное питание*» о пользе витаминов.

Развитие речи

1. Активизировать разговорную диалогическую речь, уметь употреблять антонимы.
2. Расширять словарный запас (*здоровье, витамины, настроение, самомассаж*)

Оборудование:

«Загадочная коробка» с предметами личной гигиены (*мыло, расческа, зеркало, зубная паста, зубная щетка, полотенце*), картинки с различными продуктами, картинки о здоровом образе жизни.

#### Ход

Воспитатель: Каждый новый день надо начинать с хорошим настроением. А чтобы настроение было хорошим и веселым, давайте встанем в круг, возьмемся за руки, улыбнемся и пожелаем друг другу доброго утра и радостного настроения. Все вместе скажем: «*Доброе утро*».



А сейчас давайте поздороваемся с нашими ладошками:

*Здравствуйте, ладошки! Хлоп, хлоп, хлоп!*

*Здравствуйте, ножки! Топ, топ, топ!*

*Здравствуйте, щечки! Плюх, плюх, плюх!*

*Пухленькие щечки, плюх, плюх, плюх!*



*Здравствуйте, губки! Чмок, чмок, чмок!  
Здравствуйте, зубки! Щелк, щелк, щелк!  
Здравствуй, мой носик, бип, бип, бип!*



*Здравствуйте, гости, говорим!*

Я рада вас всех видеть такими красивыми и здоровыми.

Ребята, когда люди встречаются, они говорят друг другу “Здравствуй”, значит, они желают друг другу здоровья.

– А как вы понимаете, что значит быть здоровым? *(Ответы детей).*

Верно, это когда не болеешь, растешь, когда хороший аппетит, хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и многое можешь сделать. Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается.

Сегодня ребята я предлагаю вам отправится в волшебную страну «Здоровья».

Отправимся на поезде. Согласны? Занимайте места в вагончиках!

1. Станция «Чистюлино»



*Нам усердно служит. (зубная щетка)*

*И сияет и блестит  
Никому оно не льстит,  
А любому правду скажет –  
Все как есть ему расскажет. (Зеркало)*



*Вытирая, я стараюсь.  
После ванны паренька.  
Все намокло, все измялось –  
Нет сухого уголка. (полотенце)*





Воспитатель:

- Ребята, скажите, а для чего нужны эти предметы? (для того, чтобы быть чистыми)  
Правильно, ребята «Где чистота – там здоровье». А давайте вспомним пословицы и поговорки про чистоту.

*«Чаще мойся, воды не бойся».*

*«Кто аккуратен, тот людям приятен»*

*«Руки мыть, здоровым быть».*

- Правильно, ребята, кто следит за чистотой, тот реже болеет.

Предметы из загадочной коробки мы возьмём с собой? А Мойдодыру скажем «Спасибо» за такие необходимые предметы.

2. Станция «Неболейка»

Воспитатель:

Ой – ой, ребята, здесь кто-то плачет. (Кукла - Катюша с повязкой – болит зуб)

- Что случилось Катюша?

- У тебя болят зубы?



- Наверное, ты не ухаживаешь за зубами, поэтому они и заболели.  
Знаешь, Катюша я знала одного маленького медвежонка, который, как и ты не чистил  
зубы и вот что с ним однажды приключилось.

### Сказка про медвежонка

*Жил-был медвежонок. Он ужасно не любил чистить зубки.*

*- Зубы надо обязательно чистить 2 раза в день: утром и вечером, — говорила ему  
мама. Но Мишка ее не слушал.*

*- Не будешь чистить зубы, они заболят, — сердился папа. Но Мишка и его не стал  
слушать. Подумаешь, — решил глупый медвежонок, — Какая разница, чищу я зубы  
или нет! Не могут они от этого заболеть.*

*Однажды он сидел на кухне и грыз яблоко. Вдруг ему стало больно-пребольно.*

*- Неужели, зуб заболел? – удивился медвежонок. – Ну и что! Это потому что яблоко  
очень твердое. Буду есть мед. Он мягкий, и от него-то уж точно зубы болеть не  
будут. И он взял бочонок с медом. Но и от меда зубы болеть не перестали.*

*Медвежонок расстроился и пошел к друзьям за советом. Медвежата весело играли  
на лесной опушке.*



*- Мишка, привет! – закричали они. – А почему ты такой грустный?*

*- Зубы болят, — печально сказал медвежонок.*

*- Наверное, ты забывал их чистить? – предположили друзья.*

*- А вы что, каждый день чистите? – удивился медвежонок.*

*- А как же, — наперебой закричали медвежата. – Не просто каждый день, а утром  
и вечером. Разве родители тебе не говорили, что если за зубками не ухаживать, то  
они будут болеть?*

*- Говорили, — загрузил медвежонок. – Только я их не слушался.*

*Он побежал к маме-медведице и прямо с порога закричал:*

- Мама, мама! Где моя зубная щетка, давай ее скорее сюда!

С тех пор медвежонок никогда не забывал чистить зубы.

Вот такая сказка, Катя. А вы ребята чистите зубки?

Сколько раз в день?

А как правильно нужно чистить зубы? Расскажите.

А вы знаете ребята, какая пища разрушает зубы? (конфеты, мороженое, торты, шоколад).

А какая пища полезна для зубов? (овощи, фрукты, молочные продукты)

### Дидактическая игра «Полезно – вредно»



На столе размещены картинки с различными продуктами (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. п.).

Дети располагают под картинкой с красивыми зубами полезные продукты и под картинкой с испорченными зубами все, что вредно.

Организму человека, ребята, нужны различные продукты. Особенно полезны сырые овощи и фрукты, у того, кто их постоянно употребляет, как правило, бывает хорошее, бодрое настроение, гладкая кожа, изящная фигура, а вот конфеты, шоколад,

мороженое, особенно в больших количествах, очень вредны для здоровья, они разрушают зубы, а жареная и жирная пища вредна для желудка - это чипсы, хот-доги, картофель "фри" - почему их называют вредными?

Потому что эти продукты вредны для вашего здоровья, в них добавлены искусственные вещества: подсластители, различные красители и нет никаких витаминов, которые так необходимы вашему растущему организму. Питание должно быть полезным. Конечно же, не стоит полностью отказываться от сладкого, но необходимо употреблять разнообразную пищу, чтобы быть крепкими, здоровыми и быстро расти.



### 3. Станция «Закаляйкино».

Воспитатель:

Следующая станция ребята, это станция «Закаляйкино».

Чтобы быть здоровым нужно закаляться. Скажите ребята, а как мы с вами закаляемся в детском саду (ответы детей). А как вы закаляетесь дома с родителями?

- Есть еще один способ закаливания – это самомассаж.

Вспомним, что обозначает это слово. Массаж это поглаживание. А часть слова «само» - это значит, что человек делает сам себе массаж.

Ребята, давайте, сделаем себе массаж.

Массаж:

*«Чтобы горло не болело...»*

*Мы его погладим смело.*



*Чтоб не кашлять, ни чихать, будем носик растирать.*



*Вилку пальчиками сделай и массируй ушки смело.*



Щёчки погладили, бровки разгладили,



*Знаем, знаем, да-да-да! Нам простуда не страшна!*

Воспитатель: Скажите, пожалуйста, как называется доктор, который делает массаж? (*массажист*). Зачем делают массаж? \_Чтобы снять напряжение в мышцах, для закаливания, чтобы не болеть простудными заболеваниями, для создания чувства хорошего настроения.

А теперь мы сделаем, друг другу массаж, и называется он - взаимомассаж.





Взаимомассаж:

*«Был у зайки огород»*

*Был у зайки огород (поглаживание вдоль спины)*

*Ровненькие грядки (поперек спины).*

*Он зимой играл в снежки (постучать кулаками по спине снизу вверх)*

*Ну, а летом в прятки (пальцы по спине побежали снизу вверх и "спрыгнули" подмышки)*



*А весной в огород зайка с радостью идет (пальцы по спине "идут")*

*Он сначала все вскопает, все вскопает, все вскопает (пощипывания)*

*А потом все заровняет, заровняет, заровняет (поглаживания, как будто ямки заравниваешь)*



*Семена просеет ловко (легкие быстрые постукивания всеми пальцами поочередно)  
И пойдет сажать морковку (пальцы "пошли")  
Ямка - семя, ямка - семя (ущипнуть, пальцем семечку придавить)  
Закопает, заровняет (опять поглаживания)*



*И потом у зайки вновь вырастет его морковь (пальцами пробежать и на макушке пальцы изображают ботву от морковки).*



#### Итог занятия

На этом наше путешествие заканчивается, мы возвращаемся в детский сад. Вот мы и побывали в замечательной стране «Здоровья». Вам понравилось? Вы сегодня отлично поиграли. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка это защита от болезни.

#### Пожелание:

*Чтоб здоровье сохранить.  
Научись его ценить!  
Я желаю вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда.  
Но добиться результата  
невозможно без труда.  
Постарайтесь не лениться –  
Каждый раз перед едой,  
Прежде, чем за стол садиться,  
Руки вымойте водой.  
И зарядкой занимайтесь*



*Ежедневно по утрам.  
И, конечно, закаляйтесь –  
Это так поможет вам!  
Свежим воздухом дышите  
По возможности всегда,  
На прогулки в лес ходите,  
Он вам силы даст, друзья!  
Мы открыли вам секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить!*

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение - детский сад № 37 с. Раздольное Моздокского района РСО - Алания

**Конспект итогового занятия**  
**за 2 квартал**  
**в средней группе**  
**по познавательному развитию**

**Тема: *«Путешествие в волшебную  
страну Здоровья»***

Подготовила: воспитатель

МБДОУ – детский сад № 37

с. Раздольное Моздокского района РСО - Алания

Шперлинг С.А.