

## Конспект занятия: «Чистота – залог здоровья».

Выполнил: Шерина Л.А.

Тема: «Дошколята – «здоровята !!!»».

Цель: Формирование начальных представлений у детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Познакомить детей с частями тела человека.
2. Закрепить представления у детей о культурно-гигиенических навыках.
3. Развивать способность у детей определять цвет, форму и размер овощей и фруктов.
4. Активизировать речь детей посредством отгадывания загадок.

Ход занятия

Воспитатель:

- Ребята, давайте приготовим наши пальчики и сделаем все вместе пальчиковую гимнастику, которая называется «У жирафов» (можно под музыкальное голосовое сопровождение):

У жирафов, у жирафов пятна, пятна, пятна,  
пятнышки везде. (Хлопают по всему телу ладонями).

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

Есть на носгах, на животах, коленях и носках. (Обоими указательными пальцами дотрагиваются до соответствующих частей тела).

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

На лбу, ушах и т. д. (Щипают себя, как бы собирая складки).

У котятков шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

На лбу, ушах и т. д. (Поглаживают себя, как бы разглаживая шёрстку).

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде.

На лбу, ушах и т. д. (Проводят ребрами ладони по телу).

Воспитатель:

- Ой, посмотрите, кто это у нас тут плачет?
- Это малыш (показывает куклу). Он совсем маленький и не умеет говорить.
- Наверное у него что-то болит? Давайте узнаем. Давайте я буду показывать части тела, а вы их называть.

Показать последовательно: голова, глаза, уши, нос, рот, зубы, шея, тело, руки, ноги, локти, колени. Дети проговаривают все вместе.

- Молодцы! Как вы думаете, что болит у малыша?
- Наверное, животик. Ему ручки мама забыла помыть, а он их в ротик берет, вот и заболел.
- Ребята, а что нужно делать, чтобы быть здоровыми и не болеть?

(Подсказать) - Соблюдать правила личной гигиены:

- умываться (Давайте вместе скажем: Надо, надо умываться по утрам и вечерам, а нечистым трубочистам стыд и срам, стыд и срам)
- чистить зубы 2 раза в день
- мыть руки с мылом (Как мы с вами говорим? Все вместе: Моем руки после улицы и перед едой, после туалета, после игр).
- делать зарядку (Все вместе: Здоровье в порядке? Спасибо зарядке).
- заниматься спортом
- правильно питаться
- принимать витамины
- А знаете ли вы, где содержатся витамины?

Ответы детей: В овощах и фруктах.

- Посмотрите, у нас есть целая корзина овощей и фруктов.
- Давайте разложим их по порядку, определим цвет, форму и размер вместе.

Воспитатель показывает:

- апельсин – фрукт (оранжевый, круглый, большой)
- лимон-фрукт (желтый, круглый, маленький)
- яблоко-фрукт (красное, круглое, большое)
- помидор-овощ (красный, круглый, маленький)
- огурец – овощ (зелёный, длинный, большой)
- чеснок – овощ (белый, круглый, маленький)
- банан – фрукт (желтый, длинный, большой)
- груша – фрукт (зелёная, круглая, большая)
- картофель – овощ (коричневый, круглый, маленький)
- виноград – фрукт (фиолетовый, круглый, большой)

Вот у нас из одной корзины получились две корзины. Одна с овощами, другая – с фруктами.

Молодцы ребята!

А теперь встаём на ножки отдохнем с вами немножко.

Физкультминутка.

Мы ногами топ-топ,

Мы руками хлоп-хлоп,

Мы глазами миг-миг,

Мы плечами чик-чик.

И туда и сюда повернёмся без труда.

Раз присели, два – привстали.

Ручки кверху все подняли.

Раз-два, раз-два вот и кончилась игра!

А загадки отгадывать будем?

Давайте попробуем:

1. Всегда во рту, а не проглотишь. Если б не было его, не сказал бы ничего.

Ответы (язык)

2. Когда мы едим, они работают, когда мы не едим – они отдыхают. (зубы)

3. Их не сеют, не сажают, они сами вырастают. (волосы)

4. У двух матерей по пяти сыновей и одно имя всем. (пальцы)

5. Одна другой касается – хлопок получается. (руки)

6. Всю жизнь друг друга догоняют, а обогнать не могут. (ноги)

Молодцы, ребята, вместе мы отгадали все загадки. А теперь давайте поиграем пальчиками.

Комар

Летит муха вокруг уха, жжж (водим пальчиком вокруг уха)

Летят осы вокруг носа, ссс (водим пальчиком вокруг носа)

Летит комар, на лоб - оп (пальчиком дотрагиваемся до лба)

А мы его - хлоп (ладошкой до лба)

И к уху, зzzz (зажимаем кулачок, подносим его к уху)

Отпустим комара? Да! Отпустим!

(подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку)

Лети, лети, комарик, принеси фонарик.

Рефлексия.

Ребята, о чем мы сегодня говорили на занятии? Ответы детей.

Мы познакомились с частями тела, поговорили о том, что нужно делать, чтобы быть здоровыми, говорили про овощи и фрукты, отгадывали загадки и весело играли.

Вы все большие молодцы! Мне очень понравилось с вами играть.