Конспект образовательной деятельности по ознакомлению с окружающим миром на тему «Здоровье»

Цель и задачи:

• Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы самооздоровления, уметь оказывать себе элементарную помощь.

• Развивать разговорную речь детей, умение употреблять антонимы, понимать смысл пословиц.

•Словарь: здоровье, закаливание, самомассаж.

• Прививать и воспитывать любовь к физическим упражнениям, самомассажу.

Оборудование: мешочек с предметами лично гигиены, м\ф *«Мойдодыр»* в аудиозаписи, иллюстрации к сказке *«Мойдодыр»*.

**Ход образовательной деятельности:**

Ребята, вы уже поздоровались друг с другом? Поздоровайтесь еще раз, ведь, когда мы зодоваемся мы желаем друг другу здоровья.

Дети здороваются друг с другом.

Молодцы!

А глазки у вас проснулись?

Да!

А ушки?

Да!

Но, кажется, пальчики у нас не проснулись,сейчас мы сделаем гимнастику и разбудим наши пальчики:

Пальчиковая гимнастика *«Утречко»*

Утречко настало, солнышко встало.

Эй, братец Федя, разбуди соседей!

Вставай, большой! Вставай, указка!

Вставай, середка! Вставай, сиротка!

И крошка Митрошка! Привет, ладошка!

Все проснулись, потянулись! Молодцы!

А теперь проверьте, стали ваши пальчики крепче, послушнее?

Ребята, а для чего нужна гимнастика?

Ответы детей…

Как вы понимаете, что такое здоровье?

Ответы детей…

Кто хочет быть здоровым?

Ответы детей…

А почему вы хотите быть здоровыми?

Ответы детей…

В ваших силах не только сохранить свое здоровье, но и укрепить его.

Об этом мудрая пословица говорит:

Я здоровье берегу,

Сам себе я помогу.

А сейчас мы поговорим о том, как мы можем сами помочь себе укрепить свое здоровье.

Как вы считаете, что вы можете сами сделать для своего здоровья?

Ответы детей…заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины и т. д.

**Здоровье – это сила**, красота, когда настроение хорошее и все получается.

Есть еще один очень простой способ закаливания, который можно делать каждый день. Это самомассаж. Послушайте это слово. Что такое *«массаж»*? Это поглаживание, растирание, надавливание. А первая часть слова *«самомассаж»* - *«само»*, что обозначает? Что этот массаж человек делает себе сам.

Самомассаж

Лобик мыли? Щечки мыли?

Ушки мыли? Ручки мыли?

Все помыли? Чистые теперь!

Открыть к здоровью дверь!

Дети выполняют самомассаж совместно с воспитателем.

Вы знаете, ребята, сегодня к нам в группу пришло звуковое письмо. От кого же оно?

**Слушание отрывка из сказки *«Мойдодыр»* в аудиозаписи.**

Кто же нам прислал это письмо?

Ответы детей…Мойдодыр!

Он очень хотел вас увидеть. Так жалко, что Мойдодыр вас не дождался, ведь у него утром так много забот! Но он оставил вам вот этот мешочек.

**Дидактическая игра *«Чудесный мешочек»***

Дети наощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться. Затем воспитатель читает загадки и предлагает найти ответ среди предметов, которые дети достали из чудесного мешочка.

**Отгадывание загадок.**

Ускользает, как живое, Хожу-брожу не по лесам,

Но не выпущу его я. А по усам, по волосам.

Белой пеной пенится, И зубы у меня длинней,

Руки мыть не ленится. Чем у волков, у медведей.

***(Мыло)* *(Расческа)***

Пластмассовая спинка, И сияет, и блестит,

Жесткая щетинка, Никому оно не льстит,

С зубной пастой дружит, А любому правду скажет –

Нам усердно служит. Все как есть ему покажет.

***(Зубная щетка)* *(Зеркало)***

Вытираю я, стараюсь, Хвостик из кости,

После ванной паренька. На спинке – щетинка.

Все намокло, все измялось – Эта вещь поможет нам

Нет сухого уголка. Чистить брюки и кафтан.

***(Полотенце)* *(Щетка)***

Вы сегодня отлично занимались. 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 – как защита от болезней. Давайте же чаще дарить друг другу улыбки.

**Доброго вам всем здоровья!**