Методический кабинет Управления образования  
Администрации города Новочеркасска  
   
Школа совершенствования педагогического мастерства воспитателей

мкр. Донской  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 64 г. Новочеркасск

*Конспект игрового занятия*

**«Путешествие в город здоровья»**

Разработали: Отачук И.А., воспитатель второй младшей группы,

Мусинова Н.Г., инструктор по физической культуре

г. Новочеркасск 2019 год

**Цели:** Создать условиядля сохранения и укрепления своего здоровья посредствомформирования у детей основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Способствовать формированию осознанного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни в процессе игрового занятия.
2. Развивать мелкую моторику рук, координацию движений, ловкость через игровой массаж, игровые задания.
3. Закрепить элементарные представления у детей о необходимости правил личной гигиены используя предметы гигиены.
4. Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии.

**Воспитатель:** Каждое утро, когда вы приходите в детский сад, встречаете своих воспитателей, друзей вы говорите какое слово? **Предполагаемые ответы детей:** Привет, здравствуйте…

**Воспитатель:** Правильно, слово здравствуйте.

А сейчас поздороваемся друг с другом и сделаем это в игре *«Здравствуй».* Встаем в круг. Передаем мяч и здороваемся, при этом имя называем ласково. «Здравствуй , Машенька» и т.д.

**Воспитатель:** Ребята, слово «здравствуйте» не только вежливое слово, но и слово пожелание здоровья друг другу. А вот сегодня мы и поговорим о нашем здоровье. (*Кто - то плачет? Чихает, кашляет?)*

*На экране появляется грустное солнышко*.

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите. Что это?

**Предполагаемые ответы детей:** *Солнышко*

**Воспитатель:** Какое солнышко?

**Предполагаемые ответы детей:** *Грустное, печальное*

**Воспитатель:** Как вы думаете, что с ним случилось?

**Предполагаемые ответы детей:**  *Заболело*, *лучики потеряло* **Солнышко :** У меня печальный вид, голова моя болит.

Я чихаю, я охрипло, ой, наверно это грипп.

Очень часто я болею

И не знаю как мне быть

Помогите мне ребята

Все болезни победить

**Воспитатель**.

Ребята, солнышко действительно заболело поможем солнышку выздороветь и никогда больше не болеть.

Знаете, что я предлагаю? Чтобы помочь Солнышку мы с вами отправимся в **город Здоровья**. Мы познакомимся с её жителями, и они научат нас секретам **здоровья**.

А полетим мы туда на самолете. Чтобы наш самолет взлетел, нужно сказать волшебные слова: "Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!"

*Летают под музыку*.

**Воспитатель:** Вот мы и прибыли в **город Здоровья**.

**Воспитатель**: Перед нами **город Здоровья**. А улица называется «Чистюлькино». Какое интересное название! Как вы думаете, что любят жители этой улицы?

**Предполагаемые ответы детей:** Чистоту, порядок, мыться, чистить зубы…

**Воспитатель:** А зачем нужно соблюдать чистоту?

**Предполагаемые ответы детей:** Чтобы не было грязи…

**Воспитатель:** А чем опасна грязь?

**Предполагаемые ответы детей:** В ней живут микробы…

Воспитатель и дети подходят к ***волшебному* дереву**. На нём висят зубные щетки, мыло, расчески, зубная паста, полотенце.

**Воспитатель**: Ребята посмотрите какое необычное дерево? Что это на нём растёт? Для чего нужны все эти предметы? Для чего нужно мыло?

**Предполагаемые ответы детей:** Чтобы мыть руки.

**Воспитатель**: Когда нужно мыть руки?

**Предполагаемые ответы детей:** Перед едой, после прогулки, туалета, после игры с животными, после рисования и лепки.

**Воспитатель**: Для чего нужно полотенце?

**Предполагаемые ответы детей:** Чтобы вытирать руки после мытья.

**Воспитатель:** Для чего нужна расческа?

**Предполагаемые ответы детей:** Чтобы расчесывать волосы, быть красивыми, аккуратными.

**Воспитатель**: Для чего нужны зубные щетки и зубная паста?

**Предполагаемые ответы детей**: Чтобы чистить зубы. Чтобы зубы были чистыми и **здоровыми**.

**Воспитатель** :А как назвать одним словом?

**Предполагаемые ответы детей:** Предметы личной гигиены.

**Воспитатель**: Молодцы, ребята, вы не только назвали предметы личной гигиены, но и вспомнили правила гигиены, выполнение которых очень важно для сохранения и укрепления здоровья. Посмотрите, а вот и наш первый секретик здоровья «Правила личной гигиены» (*Маленький узелок с картинкой* ), возьмем его для солнышка.

**Воспитатель:** Посмотрите.

Кто это бежит к нам на встречу?

**Здоровячок**: Здравствуйте, ребята! Я – **Здоровячок**

А это улица *«Зарядкино»*.

 Послушайте, какой девиз: на этой улице:

«Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день…»

Предполагаемые ответы детей: Зарядку!

**Здоровячок:**  Ребята, а для чего делают зарядку?

**Предполагаемые ответы детей**: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью…

**Здоровячок:** Утро в этом **городе** начинается с зарядки! Предлагаю вам сделать веселую зарядку.

**Зарядка «Игрушки»**

**Здоровячок:** Молодцы. Хорошая улица, она нас зарядила бодростью, и теперь мы сможем продолжать **путешествие**.

А вот и следующая улица, а называется она «Спортивная».

Как вы думаете ребята, чем занимаются жители Спортивной улицы?

**Предполагаемые ответы детей:** занимаются спортом.

**Здоровячок:** Верно, здесь  все жители занимаются спортом, чтобы быть **здоровыми**.

Предлагаю вам, тоже позаниматься спортом, чтобы быть здоровыми, как жители этой улицы.

Друг за другом мы шагаем

Раз, два, три *(Ходьба)*

Выше ноги поднимаем!

*Раз, два, три*

На носочки мы встаем,

И идем, идем, идем! *(Ходьба на носках)*

Петлять дорожка начала *(Ходьба между конусов)*

Раз, два, три,

По дорожке ножки весело пошли.

Раз, два, три,

Дорожка нас зовёт вперед,

Кто красиво так идет.

А теперь пришла пора

Попрыгать детвора. *(Прыжки через набивные мячи.*

Впереди нас ждет тоннель,

Проползайте поскорей.

Друг за другом мы шагаем

Раз, два, три *(Ходьба)*

Выше ноги поднимаем!

*Раз, два, три.*

**Здоровячок:**

*Мы ходили, мы скакали*

*Наши ноженьки устали.*

*А теперь мы отдохнем*

*И игру Массаж начнем.*

***Игровой массаж «Неболейка»***

(самомассаж биологически активных зон кожи)

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.

(Поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз.)

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать.

(указательными пальцами растирать крылья носа).

Лоб мы тоже разотрем, ладошку держим козырьком.

(Приложить ко лбу ладонь «козырьком2 и растирать его движениями в стороны-вместе.)

«Вилку» пальчиками сделай, массируй ушки ты умело!

(Раздвинуть указательный и средний пальцы и растирать ушную зону)

Знаем, знаем, да, да, да, нам простуда не страшна!

Раз, два! Раз, два!

Вот и кончилась игра.

**Здоровячок:** Молодцы ребята! Вам понравилась игра?

**Предполагаемые ответы** **детей:** Да, очень понравилась…

**Здоровячок:** Ребята, а вот вам еще один секретик здоровья

«Спорт». До свидания ребята, жду вас еще в гости!

Продолжаем путешествие. Переходим на улицу  *«Аппетитная»*

*(дети подходят к столу, где много разных продуктов)*.

**Воспитатель:** Какие жители гостеприимные, решили нас угостить.

Только они так торопились, что перепутали полезные и неполезные продукты. Поможем им.

**Дидактическая игра *«Полезно - вредно»*** У меня на столе на подносе размещены продукты: и две корзины: серая и зеленая. В серую корзину мы будем складывать неполезные продукты, а в зеленую полезные.

**Воспитатель:** Ребята что вы положили в красную корзину?

**Пред полагаемые ответы детей:**-Конфеты, пирожное , лимонад, , чипсы.

**Воспитатель:** Это все вкусно, дети?

**Предполагаемые ответы детей:** Да!

**Воспитатель**. А полезно ли это?

**Предполагаемые ответы детей:** Нет!

Чем вреден торт? (Зубки портятся)

Лимонад? (Зубки портятся и живот болит ) Да, вы правы, некоторые продукты лучше не употреблять в пищу. А если очень хочется, то есть в очень малых количествах.

**Воспитатель:** А какие продукты вы положили в зеленую корзинку?

**Предполагаемые ответы детей:** Яблоко , Апельсин, молоко, , чеснок.

**Воспитатель**. А чем они полезны?

**Предполагаемые ответы детей:** Содержат много витаминов.

**Воспитатель.** А что такое витамины?

**Предполагаемые ответы детей:** Полезные вещества, которые необходимы нашему организму. Они, помогают детям расти.

**Воспитатель.** Что случается, если человек ест пищу, в которой мало витаминов?

**Предполагаемые ответы детей:** Он часто болеет становится вялым, грустным, быстро устает.

Ребята, вы правильно отгадали загадки, а вот и он – секретик здоровья «Полезные продукты» .

**Воспитатель:** Пора возвращаться в детский сад заводим самолеты

Летят на самолете .

**Воспитатель**: Ребята, а какие секретики здоровья мы узнали из нашего путешествия?

**Предполагаемые ответы детей:** Для того, чтобы быть здоровым нужно заниматься спортом, соблюдать гигиену, кушать полезные продукты…

Если вы будете все это соблюдать, то непременно будете здоровы! Ребята предлагаю подарить солнышку все наши секретики здоровья, чтобы оно никогда не болело.

Посмотрите, как улыбается солнышко. Какое стало солнышко?

Предполагаемые ответы детей: Весёлое, радостное, хорошее

**Солнышко:** Спасибо вам большое ребята, теперь я никогда не буду болеть!

А у меня для вас подарок - фрукты, в которых много витаминов. Желаю вам всем крепкого **здоровья.** До свидания друзья !

**Воспитатель:** Ребята, вам понравилось наше путешествие?

**Предполагаемые ответы детей:** Да, путешествие было очень веселое…