

**Конспект занятия по познавательному развитию в средней группе с использованием здоровьесберегающих технологий**

**«Поможем Буратино стать здоровым»**

(занятие воспитатели МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад «Сказка» Ямбаршева Людмила Викторовна, Нодина Валентина Александроана)

**Цель:** Дать представление о составляющих здорового образа жизни человека.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Учить детей заботится о своем здоровье, формировать у детей сознательное стремление быть здоровыми.

Расширять и закреплять знания детей о пользе и вреде различных продуктов.

**Развивающие:**

Развивать мелкую и крупную моторику рук посредством использования массажного мяча су-джок.

Развивать умение творчески использовать двигательные навыки в самостоятельной двигательной деятельности; развивать слуховое внимание, мышление, речь.

Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Развивать любознательность и интерес к окружающему миру.

Отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять мышцы языка.

**Воспитательные:**

Воспитывать потребность быть здоровым: употреблять в пищу овощи и фрукты, другие полезные продукты, выполнять гигиенические процедуры;

Формировать навыки сотрудничества и умение работать в команде.

**Возрастная группа:** средняя группа (4-5 лет).

**Форма проведения:** Игровая, путешествие.

**Материалы и оборудование:** проектор, ноутбук, слайд-шоу «Поможем Буратино стать здоровым», письмо от Буратино, игрушка «Буратино», су-джок мячи на каждого ребенка, атрибуты для подвижной игры.

**Предварительная работа:** закрепить правила подвижной игры «Через ручеёк», рассматривание иллюстраций полезных и вредных продуктов.

**Ход занятия:**

**1. Вводная часть. Организационный момент. (2 минуты)**

**Педагог:** Доброе утро, ребята. У нас в группе сегодня гости.  
*(ответы детей)*

**Приветствие**

**Педагог:** Колокольчик озорной,  
Ты детей в кружок построй.  
Собрались ребята в круг  
Слева – друг и справа – друг.  
Вместе за руки возьмёмся  
И друг другу улыбнёмся.

Ребята, сегодня утром нам в группу принесли письмо. Здесь написано:  
«Детям средней группы». Хотите узнать от кого оно? *(ответы детей)* «Жду сегодня в гости всех ребят! Приезжайте непременно, буду рад!» Буратино.  
Что решим? Отправимся в гости?

*(ответы детей)*

**Педагог:** Слушайте волшебное заклинание.

Если дружно встать на ножки  
Топнуть, прыгнуть – не упасть!  
То в страну волшебных сказок  
Можно сразу же попасть.

**2. Основная часть. (15 минут) (2 слайд)**

**Педагог:** Вот мы и оказались у домика Буратино, только где же он сам?

Почему он нас не встречает? Давайте мы присядет и подождём его.

*Дети садятся на стулья. Раздаются охи, вздохи. Появляется кукла-Буратино с перевязанной щекой.*

**Буратино:** Ой, как мне больно!

**Педагог:** Буратино! Что с тобой случилось? Мы к тебе в гости пришли, а ты оказывается, заболел?

**Буратино.:** Я хочу здоровым быть, научите, помогите, расскажите, как мне быть, как здоровье получить.

*(ответы детей)*

**Педагог:** Очень важно соблюдать режим дня, чтобы сохранять бодрость на протяжении всего дня, нужно ночью好好енько выспаться. Буратино, а ты знаешь, что такое самомассаж рук?

Нет? А наши ребята знают, как правильно массировать ладошки и пальчики. Это очень полезно для здоровья. Ведь на кончиках пальцев находится очень много точек, нажимая на которые, человек становится здоровым. У него повышается иммунитет, это означает, что вредные бактерии становятся не страшны человеку. Сейчас мы и поиграем с массажным мячиком и тебя научим.

### **Пальчиковая игра с массажным мячиком Су-джок «Игрушки» (3 слайд)**

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят: (*дети катают Су-Джок между ладоней*)

Два медведя, Буратино,

И веселый Чиполлино,

И котенок, и слоненок. (*поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого*)

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать. (*дети катают Су - Джок между ладоней*)

**Педагог:** Питаться нужно правильно, не переедать, и употреблять в пищу только свежие продукты.

### **Словесная игра «Полезный - вредный продукт» (5 слайд)**

**Педагог:** Ребята, я буду показывать на картинку. Если я покажу полезный продукт- вы хлопаете в ладоши, если не полезный- топаете ногами).

**Педагог:** Посмотрите, ребята, Буратино снял повязку. Он уже стал чувствовать себя лучше и хочет с нами поиграть. Поиграем с Буратино в нашу любимую игру «Ручеек»? (*ответы детей*)

### **Подвижная игра «Через ручеек» (6 слайд)**

Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнуря, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебираются через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти

через ручей. Правила: Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек. Перебираться можно только по сигналу.

**Педагог:** Ох, устали, нету сил. Мы сейчас правильно подышим, и вырастем большими, здоровыми и сильными.

### **Дыхательная гимнастика «Вырасти большой» (7 слайд)**

**Педагог:** И.П: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 3 р.

*(дети вместе с Буратино выполняют упражнение под руководством педагога)*

**Буратино:** Теперь я точно знаю, что нужно делать, чтобы быть здоровым. Спасибо вам, ребята! (8 слайд)

**Педагог:** Буратино, всегда помни какие правила нужно соблюдать, какие продукты нужно употреблять в пищу, чтобы быть здоровым! Занимайся физкультурой, соблюдай режим дня, чисти зубы утром и вечером. А нам пора возвращаться в детский сад!

Если дружно встать на ножки  
Топнуть, прыгнуть- не упасть  
То легко ребята смогут  
Снова в детский сад попасть.

### **3.Заключительная часть. Рефлексия (3 минуты)**

**Педагог:** Ребята вам понравилось наше путешествие? (*ответы детей*)

Что больше всего понравилось? (*ответы детей*)

Что нового узнали сегодня? (*ответы детей*)

Вам понравилось учить Буратино правильно питаться, соблюдать режим дня?  
(*ответы детей*)

Никогда не забывайте, что здоровье - это самый ценный дар, который есть у нас с вами. Здоровье необходимо беречь, заботиться о своем теле: соблюдать гиену, правильно питаться, заниматься спортом. Нам с вами еще предстоит очень много узнать, но это уже в следующий раз. Мне очень понравилось сегодня с вами играть. До новых встреч!