

Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №85 Приморского района
Санкт-Петербурга

Конспект ООД на тему:

«Сохрани своё здоровье»

(с использованием здоровьесберегающей технологии)

для детей среднего дошкольного возраста

Автор

Гришанова Ольга Александровна
воспитатель ГБДОУ №85
Приморского района

Санкт-Петербург
2016г.

Задачи с интеграцией образовательных областей:

«Познавательное развитие»

- сформировать навыки личной гигиены;
- научить детей самостоятельно следить за своим здоровьем; знать несложные приёмы самооздоровления.

«Речевое развитие»

- активизировать словарь детей за счёт слов: здоровье, дегустатор, закаливание, хлеб, ржаной.

«Социально – коммуникативное развитие»

- сформировать готовность детей к совместной деятельности в коллективе сверстников.

«Физическое развитие»

- предупреждать утомляемость воспитанников;
- удовлетворять потребность детского организма в двигательной активности.

Предварительная работа:

- разучивание пальчиковой гимнастики: «Утречко».
- чтение: К. Чуковский «Мойдодыр»

Демонстрационный материал:

- мешочек с предметами личной гигиены
- картинки с изображением продуктов
- кусочки ржаного хлеба на блюдце для каждого ребёнка.
- мыло
- зубная щётка
- расчёска
- носовой платок
- полотенце
- зеркало
- зубная паста

Ход организованной образовательной деятельности на тему: «Сохрани своё здоровье»

Воспитатель (далее В:) Мы очень любим, когда к нам приходят гости. Каждое утро мы говорим друг другу: «Доброе утро!», чтобы у нас весь день был добрым, чтобы настроение было хорошее. Давайте скажем эти утренние слова.

В: Сегодня мы с вами поговорим о здоровье.

Кто хочет быть здоровым?

А почему вы хотите быть здоровыми?

В наших силах не только сохранить своё здоровье, но и укрепить его. Об этом и мудрая пословица говорит:

«Я здоровье берегу,
Сам себе и помогу»

В: Как вы понимаете, что такое здоровье?

Правильно, здоровье – сила, красота, хорошее настроение, когда всё получается.

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

А сейчас, давайте, сделаем гимнастику для пальчиков.

Пальчиковая гимнастика: «Утречко»

В: А теперь проверьте, стали ваши пальчики крепче, послушнее?

Сегодня к нам в группу заходил Мойдодыр. Он очень хотел вас увидеть. Очень жалко, что Мойдодыр вас не дождался, ведь у него утром много забот!

Но оставил вам вот этот мешочек.

Д/и «Чудесный мешочек»

(дети наощупь угадывают предметы личной гигиены и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться)

В: А сейчас я буду вам загадывать загадки, а вы попробуйте их отгадать и найти ответ среди предметов, которые вы достали из чудесного мешочка.

(детям загадываются загадки)

В: Молодцы!

А сейчас отдохнём.

Физкультурная минутка: «Весёлая зарядка»

В: Ой, вот ещё один подарок Мойдодыра. Интересный рисунок.

Что на нём изображено?

Вот на этой картинке зубы белые, весёлые. А здесь тёмные, грустные.

Как вы думаете, что произошло с зубами?

Какая пища разрушает зубы?

А какая пища полезна для зубов?

Д/и «Полезно – вредно»

(на фланелеграфе прикреплены картинки с изображением продуктов питания; воспитатель показывает картинки, дети говорят, что из продуктов вредно, а, что полезно)

В: Вспомните и назовите, какими полезными продуктами вас кормят в детском саду?

На обед вам дают хлеб. Особенно полезен ржаной хлеб. Сейчас мы будем дегустировать очень полезный ржаной Хлеб. Дегустировать – значит пробовать. А человек,

который пробует – дегустатор.

Повторите это слово и постарайтесь его запомнить.
(дети пробуют хлеб)

В: Я вижу на ваших лицах улыбку, это очень здорово.

Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью.

Угрюмый, злой и раздражительный человек поддается болезни.

А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней.

Давайте же чаще дарить друг другу улыбки!

В: Что вам больше всего понравилось?

Что было трудным?

А лёгким?

Доброго вам здоровья!