

## Конспект НОД «Путь к Солнышку» во второй младшей группе.

### Формирование культуры здоровья по ФГОС

*Интеграция образовательных областей:* речевое развитие; познание; физическое развитие.

*Программные задачи:*

Формировать знания детей о культурно-гигиенических навыках, их влияние на здоровье.

Развивать познавательный интерес; мыслительную активность; устную речь; воображение.

Воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни.

*Предварительная работа:*

Беседы: «Что такое здоровье?», «Кто такие микробы?», «Что мы делаем в детском саду, для того чтобы не болеть?», «Полезная и здоровая пища».

Разучивание потешек: «Водичка, водичка.», «Мыло душистое, белое мыло.».

Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе»; А. Барто «Девочка чумазая».

Проведение сюжетно-ролевых игр: «Поликлиника», «Больница».

### **ХОД НОД:**

**Воспитатель:** Ребята у нас сегодня гости! Давайте поздороваемся с ними и друг с другом. (Дети здороваются). Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что, вы сказали «Здравствуйте!» это значит – Здоровья желаю.

**Воспитатель:** Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с Солнышком, у которого много лучиков. Эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма.

(Обратить внимание на модель «Солнца» на доске, которое закрывает облака).

Ой, что же случилось? Что с нашим солнышком? Дети давайте поможем нашему солнышку освободиться от облаков. А для того, чтобы облака рассеялись нам нужно выполнить все их задания.

**ОБЛАКО -1:** (вопрос с обратной стороны облака)

В группе дети каждый день

Делают зарядку?

Выполняют упражнения

Строго по порядку?

**Воспитатель:** Ребята, сделаем зарядку?

**«Утренняя гимнастика»**

Каждый день по утрам

Делаем зарядку.

Очень нравится нам

Делать по порядку.

Весело шагать,

Весело шагать.

Руки поднимать

Руки опускать.  
Приседать и вставать  
Приседать и вставать.  
Прыгать и скакать  
Прыгать и скакать.  
Мы ногами топ-топ-топ  
А в ладоши хлоп-хлоп-хлоп  
Ай да малыши!  
Ай да крепыши!

**Воспитатель:** Молодцы, ребята мы зарядились бодростью, а теперь можно продолжать.

Первое облако рассеялось.

**Воспитатель:** Предлагаю перейти к другому облаку.

## 2 ОБЛАКО.

Стук в дверь входит Лягушонок.

**Лягушонок.** Здравствуйте! Ой, а что вы тут все делаете.

**Ответы детей.**

**Лягушонок.** Какие молодцы! А я для вас тоже сюрприз приготовил. Вот у меня есть мешочек, он не простой, а волшебный. В нем спрятались интересные и полезные вещи. Хотите поиграть?

Предлагает присесть. Вам необходимо достать предмет и рассказать о нем. (По одному) (на ощупь, усложнение.)

Ответы детей:

1-ый предмет. Это зубная щетка, чистить зубы.

**Лягушонок:** Каждый человек должен иметь личную зубную щетку. Зубы нужно чистить по утрам и вечерам. После еды полоскать рот водой; нельзя грызть твердые орехи; хорошо прожевывать пищу. Больше кушать овощей и фруктов. И обязательно посещать два раза в год зубного врача. И тогда наши зубы будут крепкими и здоровыми.

А если мы не будем ухаживать за зубками, тогда там поселятся микробы, которые разрушают зубы, знаете, как они называются? «Кариес». Что нужно делать, чтобы этого не произошло?

Ответы детей:

**Лягушонок:** Давайте почистим зубки (упражнение с движением)

Щеткой зубки

Мы почистим

От еды мы их очистим.

2-ой предмет. Это – Салфетки, вытирать руки, носики.

3-ий предмет. Мыло, мыть руки с мылом необходимо перед едой, после посещения туалета, после игры с животными, когда руки пачкаются.

**Лягушонок:** Ребята, давайте покажем, как правильно надо мыть руки.

**Физминутка «Умываемся»** (выполняется под речитатив, стоя на ногах)

Водичка, водичка, – подставить ладони «под струю воды».

Умой мое личико, – «помыть водой» лицо.

Чтобы глазоньки блестели, – протереть глаза кулачками.

Чтобы щечки покраснели, – слегка потереть щечки ладонями.

Чтоб смеялся роток, – улыбнуться.

Чтоб кусался зубок – сомкнуть губы: «ам».

Вот мы умылись, смыли с рук мыло, что нужно сделать? (стряхнуть руки над раковинной). Продолжение дидактической игры «Волшебный мешочек»

4-ый предмет. Полотенце нужно, для того чтобы вытирать руки, лицо, тело насухо.

5-ый предмет. Расческа нам нужна, чтобы следить за своими волосами, быть красивыми, опрятными и причесанными. У каждого расческа должна быть своя.

**Воспитатель:** Чтобы быть здоровыми мы должны чистить зубы, умываться, расчесываться. Мы должны ухаживать за своим телом, чтобы быть опрятными и аккуратными.

Вот рассеялось и второе облако.

**Воспитатель:** 3-е **ОБЛАКО** - нам приготовило загадку.

Они очень маленькие,

Их мы не видим.

После прогулки остаются на руках,

Могут быть причиной многих болезней. (Микробы)

Вокруг нас очень много микробов. Микробы содержатся на руках и на всех окружающих нас предметах. Микробы могут стать причиной опасных болезней.

**Воспитатель:** Посмотрите внимательно на свои руки. Вы видите микробов?

Ответы детей.

**Воспитатель:** Нет не видите! Почему?

Ответы детей.

**Воспитатель:** Микробы очень маленькие, их нельзя увидеть без специального увеличительного прибора - микроскопа.

Давайте вспомним, когда нужно мыть руки с мылом.

Ответы детей.

**Воспитатель:** Правильно!

- Когда вы приходите домой из детского сада, магазина, поликлиники, с прогулки.
- Руки нужно мыть перед едой и после еды.
- Руки нужно обязательно хорошенько помыть с мылом после того, как вы поиграли с вашими домашними питомцами.
- Не забывайте мыть руки после туалета!

**Воспитатель:** Ребята, а давайте мы с вами посмотрим, как попадают микробы к вам на руки?

**Опыт 1:** показать, как передаются микробы от человека к человеку.

**Опыт «Чистюли и чистюльки»**

Воспитатель приглашает 3-х детей из желающих принять участие в игре. Они будут ведущими. Им блеском или меловой крошкой обсыпают ладошки. Детям сообщается, что мел или блеск изображают микробов, ставших «невидимыми». Детям предлагается представить себе, что они не знакомы друг с другом. Детям нужно перезнакомиться, то есть пожать руку 3-м сверстникам. По окончанию знакомства проверяется результат: было 3 человека с «грязными руками», а теперь «грязнулями» стали еще трое.

Совместно с детьми сделать вывод о том, как точно так же при контакте с другим человеком (или с предметом) передаются невидимые микробы.

Ребята, микробы очень боятся воды и мыла

**Лягушонок:** но бывают такие ситуации, что воды и мыло рядом нет, например на природе, или во время прогулки в парке, тогда на помощь нам «приходят» влажные салфетки.

- Ребята, а вы хотите посмотреть, как влажные салфетки очистят наши руки от микробов?

**Опыт 2:** показать, что микробы боятся влажных салфеток. Предлагает детям тщательно вытереть руки влажными салфетками.

Второй паре детей с помощью мыла и воды. (Сравнить результаты)

Воспитатель: ребята, а теперь проверьте, остались ли - «микробы» на ладошках? (ответы детей). Если остались, то меньше их стало или нет?

(Тех ребят, у кого «микробы» остались, попросить снова тщательно вытереть руки).

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, Осталось еще одно ОБЛАКО и оно предлагает вам поиграть в игру «Полезно или нет».

Ребята посмотрите у меня здесь 2 корзинки, нам нужно разобрать продукты на полезные и вредные для нашего здоровья. У Лягушонка корзинка для полезных продуктов, он их заберет в лес и угостит друзей, а у меня мешок для вредных продуктов, мы их выбросим, чтоб никто не съел.

**Дидактическая игра «Полезно или нет?»**

(муляжи продуктов дети по очереди раскладывают в корзинку и мешок.).

Цель: систематизировать и обобщить знание детей о вредной и полезной пищи.

**Воспитатель:** Ребята и последнее облако рассеялось, Но посмотрите, наше солнышко все еще не улыбается? Что же делать?

Наше здоровье можно сравнить солнышком. Теперь вы знаете, чтобы быть здоровыми нужно соблюдать правила гигиены и кушать полезные продукты.

Давайте еще раз вспомним, что необходимо делать, чтоб быть здоровым и расскажем нашим гостям:

1. Высыпаться;
2. Делать зарядку;
3. Чистить зубы по утрам и вечерам;
4. Подружиться с расческой;
5. Мыть руки;
6. Подружиться с водой, закаляться;
7. Кушать полезные продукты;
8. Заниматься спортом

Давайте гостям подарим медальки и добрые советы «Как здоровье сохранить».

**Воспитатель** Посмотрите! Наше солнышко снова нам улыбается. И оно приготовило нам полезные подарки.

А теперь давайте попрощаемся с гостями. Скажем им «До Свидания!» и пожелаем крепкого здоровья.



**Добрые советы**  
**«Как здоровье сохранить».**

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает каждая семья —  
Должен быть режим у дна.  
Нужно утром не лениться —  
На зарядку становись!  
Чисти зубы, умывайся  
И почаще улыбайся,  
Зажавись, и тогда  
Не страшна тебе хандра.  
Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой,  
Нужно мылом и водой.  
Кушай овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!  
Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Научись его ценить!

Сильные, здоровые дети в второй младшей группе «Солнышко» детского сада № 11  
Адмиралтейского района

**Добрые советы**  
**«Как здоровье сохранить».**

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает каждая семья —  
Должен быть режим у дна.  
Нужно утром не лениться —  
На зарядку становись!  
Чисти зубы, умывайся  
И почаще улыбайся,  
Зажавись, и тогда  
Не страшна тебе хандра.  
Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой,  
Нужно мылом и водой.  
Кушай овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!  
Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Научись его ценить!

Сильные, здоровые дети в второй младшей группе «Солнышко» детского сада № 11  
Адмиралтейского района