Киреева Татьяна Викторовна

МБДОУ "Десткий сад №81 "Островок"

Воспитатель

**Конспект занятия с использованием**

**здоровьесберегающих технологий «Быть здоровыми хотим»**

Цель: формирование у детей привычки к здоровому образу жизни

Задачи:

* знакомить детей с частями тела человека, их функциями;
* упражнять в простых видах массажа;
* способствовать развитию моторики, координации движений и произвольного внимания ребенка.
* воспитывать бережное отношение к своему организму: желание его развивать, тренировать, укреплять.

Возрастная категория: вторая младшая группа

Ход [занятия](https://chudor.ru/vospitatelyu/zanyatiya-vospitatelya):

**А. Организационный момент**

Педагог: Ребята, сегодня к нам в гости на занятия пришел герой мультфильма. Кто он, мы сможем узнать, когда отгадаем загадку.

*Он не тучка, а медведь.  
Очень любит песни петь.  
И еще, как говорится,  
Рад он медом подкрепиться.* ***(Винни-Пух)***

Винни-Пух: Добрый день, ребята! Я так к вам спешил!

Педагог: А почему?

Винни-Пух: Я очень хотел попробовать, что-то вкусненькое. Но у меня нет сил ни есть ни пить, у меня очень болят зубки, потому что я ел очень много меда. И вообще, я не знаю, как заботиться о своем здоровье.

Педагог: Дети, поможем нашему герою?

[Воспитатель](https://chudor.ru/vospitatelyu): Тогда отправляемся в путь! Предлагаю прокатится на автобусе. Занимаем свои места. Поехали!

*Песня-игра С.Железновой «Автобус»*

**В. Основной этап**

Педагог: Вот мы и приехали в большой лес. Как много здесь снега! Идите все за мной. *(Дети становятся в колонну и идут за воспитателем след в след).*

А теперь мы поедем на лыжах. *(Ходьба скользящим шагом)*

Винни Пух: Ой, какой беленький снег, видимо он вкусный как мороженое, сейчас я его попробую.

Педагог: Ой-ой-ой, Винни Пух, что ты делаешь, нельзя есть снег!

Винни Пух: Он такой вкусный, почему нельзя?

Педагог: Во-первых, Винни Пух, он холодный, а во-вторых, хоть он и белый, но он грязный.

Дети, а что может случиться, если есть снег?

*Дидактическая игра «Можно-нельзя»*

Педагог: Мы научим тебя заботиться о своем здоровье, расскажем, как ухаживать за своим телом. Знаешь ли ты, из чего состоит твое тело?

Винни Пух: А разве оно из чего-то состоит?

Педагог: Ребята, давайте расскажем Винни Пуху из чего состоит наше тело.

*Беседа о строении тела на основе иллюстрации*

Педагог: Я теперь

*Физминутка*

Раз, два, три, четыре, пять –   
Тело будем изучать.

*(Шагать на месте.)*

Вот спина, а вот животик

*(Показать обеими руками свою спину, затем живот.)*  
Ножки,

*(Потопать ногами.)*Ручки,

*(Протянуть вперёд руки и вращать кистями.)*Глазки,

*(Указательными пальцами обеих рук показать на глаза.)*  
Ротик,

*(Указательным пальцем правой руки показать на рот.)*Носик,

*(Указательным пальцем правой руки показать на нос.)*  
Ушки,

*(Указательными пальцами обеих рук показать на уши.)*Голова…

*(Положить руки на голову.)*  
Показать успел едва.

*(Покачать головой из стороны в сторону.)*  
Шея крутит головой –

*(Обхватить шею ладонями.)*  
Ох, устала! Ой – ой – ой-ой!

Винни Пух: А почему я такой неповоротливый?

Педагог: А потому, что ты не занимаешься физкультурой. А чтобы тело работало слаженно, ему помогают помощники.

*На ночь два окошка сами закрываются,*

*А с восходом солнца–снова открываются.*

*(Глаза)*

Для чего нужны глаза? Каких правил нужно придерживаться, чтобы не повредить глаза и иметь хорошее зрение? Что надо делать, когда устали глаза?

Гимнастика для глаз.

Глазки у ребят устали.   
*(Поморгать глазами)*   
Посмотрите все в окно   
*(посмотреть вправо-влево)*Ах, как солнце высоко   
*(посмотрите вверх)*Мы глаза сейчас закроем,   
*(закрыть глаза ладошками)*В группе радугу построим.  
Вверх по радуге пойдём,   
*(Посмотреть по дуге вверх - влево и вверх - вправо)*   
Вправо-влево повернём,   
А потом скатимся вниз,   
*(Посмотреть вниз)*  
Жмурься сильно, но держись!   
*(Зажмурить глаза, открыть и поморгать ими)*

Педагог: Посмотрите друг на друга и скажите своим друзьям, какое у них настроение. Если настроение веселое, то на лице появляется улыбка. А чтобы улыбка была хорошая, нужно, чтобы у вас были здоровые зубы. Что для этого надо?

*Дидактическая игра «Что полезно и что вредно для зубов»*

Педагог: А что нам помогает различать запахи? (Нос) А еще для чего нужен нос? Важно уметь правильно дышать. А как правильно дышать? (Через нос). Если мы будем дышать ртом, что может произойти?

*Дидактическая игра «Узнай по запаху»*

*Звучит магнитофонная запись пения птиц.*

Педагог: Что вы слышите? Что помогает услышать эти замечательные звуки? Звуки неприятные для нашего слуха? Как беречь слух?

*Дидактическая игра «Оцени поступки Винни Пуха»*

Педагог: Пора возвращаться в детский сад и Винни Пуха мы приглашаем к нам. Но послушай сначала, советы детей, как заботиться о своем здоровье.

Дети:

*Соблюдай режим дня,*

*Живи по распорядку:*

*Умойся, завтракай и делай*

*Утреннюю ты зарядку.*

Винни Пух: Благодарю вас за то, что вы научили меня заботиться о своем здоровье.

Использованные материалы:

При разработке опиралась на данную методическую разработку: https://chudor.ru/vospitatelyu/zanyatiya-vospitatelya/5-konspekt-zanyatiya-po-valeologii-v-mladshej-gruppe-beregi-zdorove-s-detstva