

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №3 п.Теплое»
Тепло-Огаревский район
Тульская область

Конспект НОД по познавательному развитию
«Путешествие в страну Здоровья»
средняя группа

Подготовила воспитатель старшей группы:
Игнатова Алла Михайловна

Программное содержание:

- Закреплять основные понятия: «здоровье», «чистота», «предметы гигиены», «добродота», «правильное питание»;
- Закрепить и расширить знания о значении витаминов для здоровья человека.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Материал: Карточки с изображением овощей и фруктов, презентация «Путешествие в страну здоровья», видеозапись с отрывком мультфильма «Мойдодыр», аудиозапись, тексты загадок.

Ход:

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Вы помните, что значит слово «Здравствуйте?»

Это значит пожелать здоровья. Давайте пожелаем друг другу здоровья.

Станем рядышком, по кругу.

Скажем «Здравствуйте» друг другу.

Нам здороваться не лень:

Всем «Привет!» и «Добрый день!»;

Если каждый улыбнется -

Утро доброе начнется.



Сегодня мы с вами отправимся в увлекательное путешествие по стране Здоровья. Садимся в наш волшебный автобус и отправляемся в путь.

Первая остановка «Город витаминов». Воспитатель: Ребята, чтобы расти и правильно развиваться, человек должен правильно питаться.

Человек употребляет в пищу разнообразные продукты. В продуктах содержатся очень важные для здоровья вещества, которые называют витаминами. Скажите мне, пожалуйста, какие витамины вы знаете?

Ответы детей (витамины А, В, С, Д).

Воспитатель: Витаминов очень много, но главные из них А, В, С, Д.

Идет показ слайдов «Польза витаминов».



Проводится игра «Витамины».

На столе лежат карточки с изображениями овощей и фруктов, стоят четыре тарелки, под ними карточки с буквами А, В, С, Д. Дети должны разложить овощи и фрукты в соответствии с витаминами, которые в них содержатся.

Воспитатель сопровождает игру рассказом о пользе, вкусовых качествах продуктов.



-Молодцы про витамины вы знаете. А теперь я хочу проверить, как вы знаете полезную и вредную пищу.

В следующем задании вам, ребята, нужно быть внимательными, если еда полезная – отвечать «Да» и поднимать руки вверх, а если не полезная – «Нет» и топтать ногами.

Игра «Да или нет»:

Каша – вкусная еда.

Это нам полезно?

Лук зелёный иногда

Нам полезен, дети?

В луже грязная вода

Нам полезна иногда?

Щи – отличная еда.

Это нам полезно?

Мухоморный суп всегда...
Это нам полезно?
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно?
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки?
Овощей растёт гряда.
Овощи полезны?
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети?
Съесть мешок большой конфет
Это вредно дети?
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы?

-Продолжаем наше путешествие, следующая остановка «Город Чистоты».

Воспитатель: Ребята как вы думаете, что такое личная гигиена? Я вам помогу.

Личная гигиена – это уход за своим телом, содержание его в чистоте. Как вы содержите свое тело в чистоте?

Ответы детей.

Правильно. Ухаживать за своим телом это значит чистить зубы два раза в день, мыть тело с мылом и мочалкой, мыть руки перед едой и по мере их загрязнения. Умываются не только люди, но и животные.

Просмотр отрывка из мультфильма «Мойдодыр».

Физкультминутка.

Солнце глянуло в кроватку, раз, два, три, четыре, пять.

Все мы делаем зарядку, надо нам присесть и встать.

Руки потянуть по шире, наклониться три, четыре и на месте поскакать.

На носок, потом на пятку, все мы делаем зарядку.

(Дети под музыку выполняют простые движения.)

-А сейчас попробуем отгадать загадки.



Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я,
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (Мыло.)

Костяная спинка,
Жесткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит. (Зубная щетка.)

Мягкое, пушистое
Беленькое, чистое.
В душ его возьму с собой
Буду чистый и сухой. (Полотенце.)

Все она по волосам,
Ходит тут и ходит там,
Где проходит, не спеша
Там причёска, хороша! (Расческа.)

-Вы молодцы отгадали все загадки. Ребята эти предметы относятся к предметам личной гигиены, Вам знакомы эти предметы? Для чего они нужны?

Дети дают ответы.

Показ слайда «Учимся правильно чистить зубы».

-Сколько раз в день нужно чистить зубы?

Ответы детей.

Если хочешь быть здоровым,
Правильно питайся,
Ты в больницу не ходи,
Лучше закаляйся и спортом занимайся!

Эстафета: Кто быстрее и правильно соберет «Фрукты» и «Овощи»



Молодцы, на этом наше путешествие заканчивается, мы возвращаемся в детский сад.

Итак, ребята мы побывали с вами в стране Здоровья, давайте запомним главное правило: чтобы быть здоровыми нужно правильно питаться, соблюдать правила личной гигиены и обязательно заниматься спортом. Будьте всегда здоровы!