Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение-

детский сад комбинированного вида № 1 «Ручеек»

Барабинского района Новосибирской области

**Конспект занятия по развитию речи:**

**«Сохрани своё здоровье сам»**

**Воспитатель ВКК:**

**Леонова Т.В.**

г. Барабинск, 2020 г.

 Программное содержание: воспитывать у детей осознанное отношение к своему организму.

Задачи.

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* развивать связную речь;
* учить давать полный ответ на заданный вопрос;
* повторить понятия: закаливание, здоровый образ жизни, организм.

Материал: цветок здоровья, сундучок с предметами гигиены (мыло, расчёска, зубная щётка, зубная паста, мочалка), плакат с изображением зуба, картинки с методами закаливания, письмо Мойдодыра, картинки с продуктами питания (полезные и не полезные).

Ход занятия.

1. Вступительная часть. Рассказывание легенды.
2. Первый лепесток – гимнастика. Физкультминутка.
3. Второй лепесток – гигиенические процедуры. Письмо Мойдодыра.
4. Третий лепесток – полезные продукты.  Дидактическая игра «Правильно, правильно, совершенно верно».
5. Четвёртый лепесток – закаливание. Самомассаж.
6. Пятый лепесток – занятия спортом.
7. Шестой лепесток – улыбка. Подведение итогов.

Воспитатель:

 - Ребята, у нас сегодня гости! Давайте поздороваемся с ними с душой и сердцем. (Дети говорят «Здравствуйте»)

 - Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому, что вы сказали «Здравствуйте».  Это значит - здоровье желаю. Сегодня  я хотела поговорить на очень важную тему о здоровье. Как вы думаете, что такое здоровье? (ответы детей).

 -  Сейчас я хочу рассказать вам старую легенду.

«Давным–давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из Богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть умным». Третий сказал: «Человек должен быть здоровым». Но один Бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека - здоровье. Стали думать- решать - куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - на высокие горы. А один из Богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живет человек с давних времен, пытаясь найти свое здоровье, да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар Богов!

 -  Значит, здоровье – то оказывается, спрятано в каждом из нас. Я открою вам маленький секрет. Наше здоровье можно сравнить с цветком, у которого много лепестков. Эти лепестки живут в каждой клеточке вашего организма.

Посмотрите, что у меня в руках? Правильно, цветок. Но он не простой. Это цветок здоровья. И мы сегодня с вами постараемся собрать этот цветок.

 - Ребята, а вы знаете, что каждый человек может сам себе укрепить здоровье. Ведь недаром говориться: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!». А о том, как себе помочь мы сейчас и поговорим.

 - Ребята, кто может ответить на вопрос «Что такое здоровье?» (ответы детей). А как можно укрепить своё здоровье? (ответы детей). Молодцы! Как много вы знаете. Давайте начнём с весёлой зарядки (физкультминутка).

 - Ребята, вы молодцы с зарядкой справились! Но, я надеюсь, вы не забыли про наш цветок? Посмотрите внимательно, в группе у нас есть такой лепесток с зарядкой? (Дети ищут лепесток и прикрепляют его к цветку).

 - Знаете, а к нам сегодня в гости приходил Мойдодыр. Он хотел вас увидеть, но не смог вас дождаться. У него по утрам слишком много забот. Но он оставил вам вот этот чудесный сундучок. Давайте попробуем отгадать, что там находится. Слушайте загадки.

* Ускользает как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пенится

Руки мыть не ленится (мыло).

* Лишь утром ты откроешь рот,

     Она уже работу ждет.

     И считает зубы нам,

     По утрам и вечерам (зубная щетка).

* Белая река в пещеру затекла, чистит до - бела (зубная паста).
* Резинка – Акулинка

Пошла гулять по спинке.

А пока она гуляла,

Спинка розовая стала (мочалка).

* Возле зеркала на полке

Поселился хитрый ёж.

С ним расчешешь куклу Катю

И косичку заплетёшь.

Станет модною причёска,

Если трудится…(расчёска).

 - Все эти предметы для чего нам нужны? (ответы детей). А теперь давайте поищем лепесток с гигиеническими процедурами.

 - Ребята, посмотрите, Мойдодыр написал нам письмо, что же он здесь пишет?

«Ребята, если вы внимательно осмотрите группу, то найдёте очень интересный рисунок…» (дети ищут рисунок и находят плакат с изображенным зубом).

 - Что же это нарисовано? (Зуб). Ребята, но почему-то он какой-то странный. Одна половинка грустная, другая, наоборот – весёлая.  Что же с ним произошло? Что могло так испортить его половинку? (продукты). Скажите, а какие продукты укрепляют наши зубы? (дети перечисляют).

Это значит, чтоб здоровыми остаться, надо правильно питаться!

Пищей сладкой, шоколадной ты не увлекайся.

Очень кислого, солёного ты остерегайся.

Только овощи и фрукты, очень вкусные продукты!

 - Давайте подумаем, как мы можем помочь нашим зубам, чтобы с ними не произошло такое же, как с этим зубом? Как уничтожить вредных микробов? (чистить зубы, полоскать рот…).

 - Ребята, давайте поиграем с вами в игру. Я буду зачитывать вам четверостишья о продуктах. Если эти продукты полезные, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!». Если эти продукты вредны для здоровья, то вы молчите.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет, ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мёд и виноград.

4. Пейте дети молоко, будите здоровы.

Воспитатель: Правильно, ребята. «Чтоб больным не лежать, надо спорт уважать».

Дети, чтоб здоровым остаться,

Нужно правильно питаться.

Пищей сладкой шоколадной

Ты не увлекайся.

Очень кислого, соленного

Ты остерегайся.

Только овощи и фрукты,

Очень вкусные продукты.

Давайте все вместе повторим (повторяем). Помните об этом, ребята!

Воспитатель: Дети, давайте поиграем с вами в словесную игру, и я узнаю, что вам известно о полезной еде. Я зачитываю четверостишье о продуктах. Если они полезные, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно совершенно верно».

Если о том, что для здоровья вредно, вы молчите. (Читаю четверостишие)

1.  Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок (правильно)

2.  Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис (молчат)

3.  Чтобы правильно питаться, вы запомните совет, ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и виноград. (правильно)

4.  Пейте дети молоко, будете здоровы (правильно)

Молодцы, ребята!

           Мы открыли вам секреты,

           Как здоровье сохранить.

           Выполняйте все советы

           И легко вам будет жить!

**Итог занятия.** Какие предметы личной гигиены мы вспомнили на занятии? Что нужно делать, чтобы быть здоровыми? Молодцы, ребята, вы очень старались.