**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 22 комбинированного вида»**

**Конспект**

**занятия по образовательной области**

 **«Познавательное развитие»**

**(ознакомление с окружающим миром)**

**на тему:**

*«Как люди заботятся о своем здоровье весной. В гостях у витаминки.»*

**(для детей средней группы)**

Подготовили воспитатели

Зинкина А. В.

Юськаева Э. В.

Саранск 2020

**Цель:** продолжать формировать здоровый образ жизни.

**Задачи:**

**-** Формировать представления детей о человеческом теле, о назначении *(функции)* отдельных его частей и органов; объяснить, что внутри тела есть скелет, сердце, легкие, что все органы важны для человека (он **здоров** и хорошо себя чувствует, если они нормально работают).

**-** Развивать связную речь, умение отвечать полными предложениями, умение наблюдать, сравнивать и делать несложные выводы;

- Воспитывать желание **заботится о своём теле**, о **здоровье**. Воспитывать культурно –гигиенические навыки.

- Поддерживать чистоту в помещении, овощи и фрукты мыть перед едой.

**Материал**:

Костюм Витаминки, таблица с изображением внутренних органов человека, корзинка с овощами и фруктами, картинки с изображением лекарственных растений.

**Предварительная работа:**

Беседы с детьми : *«Правила поддержания правильной осанки»*, *«Доктор****здоровая****пища даёт нам советы»*, *«Золотые правила питания»* «Правила бережного отношения к зрению. Просмотр иллюстраций. Беседа с родителями на тему : *«Воспитание культурно –гигиенических навыков у детей»*. Чтение художественных произведений *«Айболит»*, *«Мойдодыр»*. Знакомство с лекарственными растениями.

**Ход НОД:**

**Воспитатель:**

Дети, мы сегодня с вами отправимся в гости к Витаминке и узнаем как нужно заботится о своем здоровье весной.Для этого мы должны произнести волшебные слова: крибли, крабле, бумс.Но для этого мы должны закрыть с вами глаза. (Пока дети произносят слова воспитательль накидывает на себя накидку оранжевого цвета с нашитыми апельсинками.)

**Витаминка:** Здравствуйте, дети!

**Дети**: Здравствуйте!

**Витаминка:** Это я, Витаминка, мое платье в апельсинках. Очень рада видеть вас у себя в гостях здоровыми и веселыми. Что сегодня вы хотели бы узнать? Как люди заботятся о своём здоровье весной?

**Витаминка:** Хорошо, дети, я вам расскажу, Но, сначала я хочу узнать, что вы знаете о своем теле, о своем здоровье, и дать вам несколько советов.

- Дети, как вы думаете, что это? *(рассматривание скелета человека)*

- Как вы думаете из чего он состоит скелет?

- Для чего он нужен?

- Потрогайте где у вас есть кости *(детина себе проверяют есть ли у них кости)*.

- Какие они?

- А поверх костей что-то мягкое- это мышцы. Найдите у себя мышцы.

- Скажите дети, с помощью чего мы сгибаем руки, ноги, пальчики на ногах и на руках. *(высказывание детей)*.

- Это суставы. С помощью суставов кости сгибаются. Давайте попробуем присесть, согнуть руки ,ноги. *(дети выполняют задания)*.

- Если ноги, руки **здоровые**, прямые, мышцы упругие- хорошие суставы, то человек может легко ходить, прыгать, бегать, делать разные упражнения.

- А как вы думаете с помощью чего можно согнуть спину, повернуть в разные стороны? *(ответы детей)*

- Все наклоны повороты нам помогает делать позвоночник. Попробуем наклоняться, повернуться. Молодцы.

- Положите руки на грудь, как вы думаете что это? Это грудная клетка и состоит она из ребер.Все эти органы: кости, ребра, позвоночник, мышцы надо беречь, их надо развивать с помощью специальных упражнений.

А сейчас мы немного подвигаемся.

**Динамическая пауза под музыку** (музыка из передачи *«в гостях у Витаминки»*.

**Витаминка:**  Молодцы, дети вы легко и ловко справились с упражнениями.

- А, сейчас. дети, сначала закройте глаза, потом уши, нос. Что вы ощущаете? *(ответы детей)*.

- Плохо человеку, если он плохо видит или плохо слышит, или плохо дышит, если у него насморк. Эти органы надо беречь - они помогают нам видеть, слышать, дышать. Как вы думаете как их надо беречь?

- Дети, положите руку на грудную клетку, сделайте вдох и выдох. Как вы думаете почему грудная клетка то поднимается, то опускается? Какой орган там вдыхает и выдыхает?

- А теперь положите руку на грудную клетку только с левой стороны. Как вы думаете что там бьется?

- Правильно- сердце. Сердце-это главный орган *(как мотор у машины)* оно перегоняет кровь по всему телу и снабжает его кислородом, питательными веществами все другие органы.

- Дети, а как вы думаете, что нужно сделать чтобы ваш организм был здоровым?

**Дети:** надо заниматься спортом, закаляться, мыть руки перед едой, полоскать рот, проветривать комнату, чтобы воздух был свежим и чистым, в садике мы вовремя кушаем, спим, гуляем.

**Витаминка:** А у вас в группе есть растения? Для чего они нужны?

**Дети**: У нас в группе есть растения и они нужны, чтобы воздух был хорошим, потому что они выделяют кислород которым мы дышим.

**Витаминка:** Зимой солнца мало и света мало, поэтому к весне организм наш становится ослабленным, а чтобы не заболеть надо употреблять полезные продукты, в которых много витаминов. Которые укрепляют иммунитет. Что такое иммунитет? Правильно это способность организма бороться с болезнетворными бактериями и вирусами.(показывает корзинку с овощами и фруктами. А еще много витаминов в ягодах: в сушеных и в замороженных. Из них хорошо готовит компоты. Ну, а если мы простыли то что нам поможет?

**Дети**: Лекарственные травы.

**Витаминка:** *(показ лекарственных трав)* Правильно, дети, но старайтесь одеваться потеплее, заниматься физкультурой, есть полезные продукты, закаляться, тогда вы точно не заболеете.

- А сейчас мы поиграем в игру *«Полезные и вредные продукты»*.

- Если я показываю вам полезный продукт вы хлопнете, а если вредный, то топнете.

**Витаминка:** Ну что ж вот вы и знаете о своем организме и о том кА укреплять его весной, а мне пора идти в другую группу. До навых встречь. Еще я вам приготовила гостинец - лимоны. Попьете в группе чай с лимоном. Будьте здоровы, не болейте. А чтобы опять вернуться в группу мы закроем глаза и скажем волшебные слова.

**Итог**

**Воспитатель:**

Ребятки где вы были?

Чем вы занимались?

Что узнали?