**Конспект непосредственно образовательной деятельности «Здоровье. Части тела»**

Цель: сформировать представление у детей о строении тела человека, бережном отношении к своему телу.

Задачи.

Развивающие:

- развивать у детей представления о себе, своем теле;

- активизировать диалогическую речь;

- развивать творческое мышление, внимание, воображение, фантазию,

произвольную память;

- развивать умение соотносить слова с действиями;

- продолжать развивать мелкую моторику рук.

Воспитательные:

- воспитывать привычку к здоровому образу жизни;

- умение слушать друг друга, взрослого;

- самостоятельность, уверенность в своих умениях, аккуратность;

- желание прийти на помощь;

- умение выражать положительные эмоции от результатов деятельности;

Коррекционные:

- Активизировать словарь детей по данной теме;

- Формировать у детей навык ответа предложением;

- Закрепить умение подбирать к предмету или объекту возможно большее количество определений;

Оборудование: куклы: Робот, пугало, конструктор ЛЕГО, кусочек ваты, веточки березы, камушек, отрезок каната, солевые досточки, схемы, колпачки для гномов, человечки из проволоки

Словарная работа: пушистое, острая, гибкая, плотная, шероховатая

Ход непосредственно образовательной деятельности:

- Ребята, сегодня мы с вами отправляемся в путешествие в сказочную страну. Там случилось несчастье: злая волшебница заколдовала жителей, и они теперь слабые, безвольные и больные. Давайте им поможем.

- Дорога в сказочную страну дальняя и трудная давайте сначала подготовимся к путешествию. Для этого укрепим мышцы спины. Встаньте в круг друг за другом так, чтобы каждый из вас видел спину товарища. Я буду рассказывать историю, а вы слушайте внимательно и выполняйте движения.

Массаж спины:

Шел по пустыне караван

(складываем пальцы обеих рук в кулаки и имитируем ими шаги вдоль спины).

На одном верблюде сидел царь Ах

(сильно поглаживаем кулаками вдоль спины, сопровождая каждое движение глубоким вздохом «Ах»).

На другом верблюде ехала его дочка Ох

(легко поглаживаем кулаками вдоль спины, сопровождая каждое движение вздохом «Ох»).

А за ними бежала любимая собачка Их – их

(имитируем двумя пальцами руки легкие и быстрые шаги, сопровождая их звуками «Их – их»).

Вдруг в пустыне подул ветер: сначала сверху вниз и снизу-вверх, а затем слева направо и справа налево

(гладим спину кистями рук в указанных направлениях).

Ветер стал таким сильным

(движения становятся быстрее и интенсивнее,

Что в глаза всадникам начал попадать песок

(выполняем пальцами точечные нажимы на спину).

И караван пошёл быстрее, а потом и вовсе побежал: сначала царь Ах

(кулаками обеих рук имитируем быстрые шаги вдоль спины,

потом его дочка Ох

(выполняем те же движения, но легче,

затем собачка Их – их

(имитируем двумя пальцами руки лёгкие и быстрые шаги).

Иногда из – за сильного ветра путники сталкивались друг с другом

(кулаками обеих рук имитируем столкновения).

Ветер постепенно стих

(мягко и плавно поглаживаем спину ладонями слева направо и справа налево,

но как, же все устали…

(мягко и плавно поглаживаем спину ладонями сверху вниз).

Остановился караван, и начали путники жалеть друг друга

(поглаживаем ладонями плечи, а затем сверху вниз спину).

После отдыха все развеселились, стали шутить (щекочем)

И улыбаться (улыбаемся).

- Ну, а теперь в путь. Чтобы нам быстрее добраться до сказочной страны, давайте с вами наденем волшебные колпачки и превратимся в гномиков. Дорога в сказочную страну очень трудная. Но гномики очень смелые сказочные герои, они преодолеют эти трудности.

- Встаньте в круг, закройте глаза. В сказочную страну мы отправимся на волшебном облачке. Облачко белое, пушистое. (Дети передают из рук в руке кусочек ваты.) Какое оно было? (Пушистое, мягкое.)

Облако опустилось, и посадила нас на верхушку скалы. Скала была с острыми краями, твердая и холодная. Какая она была? (Острая, твердая.) Спустились гномы со скалы, и попали в березовую рощу. Веточки у березы были вот такие. (Тонкие, гибкие.)

Проходя через рощу, гномы повстречали змейку, которая грелась на солнце. И была она вот такая. Какая она на ощупь. (Плотная, шероховатая.)

За рощей нас встретил Робот. Он сделан из чего? (Дети передают ЛЕГО конструктор. Рассматривают Робота).

- Но что это такое он стоит на месте и не может пошевелиться. Робот попал под дождь, который наслала злая волшебница, и он заржавел. Ой, до чего же ему тяжело. Покажите, как трудно Роботу: застыл на месте, сдвинуться не может. Всё железное тело напряжено, на лице страдание. Надо помочь Роботу. Назовите части тела, которые есть у Робота (дети перечисляют части тела).

Чем Робот похож на человека? (У него есть те же части тела.)

Робот приготовил вам солевые досточки, на которых вы цифрами будете отмечать каких частей тела по два, а каких одно. (Дети пишут цифры.)

Чтобы Робот ожил, давайте поиграем в его любимую игру.

Гимнастика пальчиковая:

(Все движения выполняем в соответствии с текстом)

1, 2, 3, 4, 5! - (Загибают пальчики на обеих руках)

В конструктор будем мы играть! - (Разгибают пальчики на обеих руках)

В конструктор будем мы играть - (Кулачок-ладошка поочерёдно)

Своим ручкам помогать! - (Кулачок-ладошка поочерёдно)

Конструктор в руки мы возьмём - (Прокатывание конструктора

На руку левую кладём, между ладонями)

Правой ручкой накрываем

И ладошками катаем.

Сейчас руки поменяем, - (Меняем положение рук)

Точно также покатаем.

В ручку правую возьмём - (Сжимаем конструктор в правой руке)

И сильней его сожмём!

В ручку левую возьмем

И сильно его сожмём!

- Ребята, Роботу мы помогли, но нас ждут жители сказочной страны. По-моему что - то шуршит (дети прислушиваются).

Да это пугало – но что это с ним, он обмяк, руки у него повисли, голова опущена всю солому из него вытащила злая волшебница. Покажите пугало, в котором нет соломы (дети показывают: руки и голова опущены, колени полусогнуты) .

А как Пугало будет выглядеть, если набить его соломой. Помогите Пугалу

(Дети имитируют постепенное наполнение тела соломой – поднимается голова, надуваются щёки, расправляются плечи, надувается живот, твёрдыми становятся руки и ноги) .

У Пугала те же части тела, что и у нас. Чтобы они были крепкие и здоровые, надо выполнять правила. Они отмечены в схемах. Вы будете называть их, а я набивать ими Пугало. (Дети читают.)

Заниматься физкультурой.

Делать утреннею гимнастику.

Кушать витамины.

Принимать душ.

Соблюдать режим дня.

Вот каким стало Пугало твердым, большим. А какой он довольный, что мы ему помогли. Весь оживился глазки так, и бегают в разные стороны от любопытства. (Влево - вправо, вверх-вниз, и по кругу.)

Покажите, как делает Пугала.

Гимнастика для глаз.

«Глазки»

Глазки смотрят высоко, /посмотреть вверх/

Глазки смотрят низко, /посмотреть вниз/

Глазки смотрят далеко, /посмотреть в окно/

Глазки смотрят близко. /Посмотреть друг на друга. /

Ребята поблагодарите Пугала и отправимся дальше.

Мы вышли на цветочную поляну. Давайте отдохнем на ней.

Аутогенная тренировка под музыку.

Для этого погрузите себя в состояние покоя, посидите ни о чём не думая, затем мысленно скажите себе:

Наш организм набирает сил.

Сонливость рассеивается.

Мы чувствуем себя хорошо.

Голова отдохнувшая, ясная.

Самочувствие отличное. Мы полны энергии.

Мы с удовольствием поможем жителям сказочной страны.

Встать!

Посмотрите под цветами спрятались сказочные человечки. Мы должны им помочь.

Давайте этих человечков из проволоки облепим пластилином, чтобы они стали сильными и смелыми и могли победить волшебницу. (Дети помогают жителям сказочной страны.)

Мы помогли сказочным человечкам. Нам пора возвращаться в детский сад. Закройте глаза, снимите колпачки, и вы превратитесь обратно в детей.

Вот мы вернулись обратно в детский сад.

- Понравилось вам путешествовать?

Сказочные человечки благодарят вас за хорошую работу, и желают вам всегда быть здоровыми, сильными.

**Формирование представлений о здоровом образе жизни**

**у детей дошкольного возраста.**

Одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Потребность в его здоровье есть у родителей, школы, общества, и все вместе мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Поэтому и в образовательных программах дошкольных учреждений все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению безопасности его жизни.

Не исключая этих подходов, мы считаем, что главное – помочь ребёнку лучше узнать себя, свой организм, научиться бережно относиться к себе, своему здоровью и здоровью других людей, знать и использовать возможности своего организма. Очень важно, чтобы с малых лет у ребёнка формировалось саногенное мышление, т. е. способность управлять своим умственным миром, совершенствовать своё нравственное сознание, выстраивать своё поведение так, чтобы не быть предрасположенным к нездоровому образу жизни, а получать удовлетворение от своей умелости, ловкости, всегда стремиться укреплять своё здоровье и относиться к этому осознанно, выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

Это возможно при создании определённых условий: необходимо погружение ребёнка в особо организованную жизненную среду, формирующую привычки здорового образа жизни без их декларирования взрослыми, конструируя познавательную деятельность детей в быту, в игре.

**Игра: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»**

**Цель**: Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.

Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию.

**Описание игры:**

Показать детям карточки с изображением вредных и полезных привычек. Предложить разложить их по значению. Обсудить о влиянии на здоровье ребенка любой из привычек.



