По результатам научных исследований, уже в дошкольном возрасте, здоровых детей становится все меньше. Большинство детей дошкольного возраста имеют нарушения в психическом развитии. Здоровье на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно с раннего возраста формировать привычку к здоровому образу жизни.

Эта проблема актуальна. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща. Целью каждого дошкольного учреждения должно стать формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания; обеспечение физического и психического саморазвития. Мы должны научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

 В своей работе я ориентируюсь не только на усвоение ребенком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении. Я учитываю, что ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психически готовиться к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

**Непосредственная образовательная деятельность:**

**« Воспитание у ребенка потребности быть здоровым »** (первая младшая группа**)**

Воспитатель высшей квалификационной категории:- Новожилова Н. Д.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №5 комбинированного вида

города Бокситогорска»

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие; речевое развитие; физическое развитие; социально-коммуникативное развитие; художественно-эстетическое развитие.

**Задачи:**

1) формирование представления детей о себе и своем

здоровье;

2) развивать речь : продолжать учить отвечать на вопросы воспитателя, расширять словарный запас : градусник, таблетки, лекарство, укол .

3) воспитывать у детей потребность – быть здоровым.

4) воспитывать чувство взаимопомощи.

**Материал:**

 изображение паровозика для подвижной игры «Паровозик»;

елки (лес);

 медведь – большой (игрушка);

плакат с картинками « Если хочешь быть здоров »;

«Тропа здоровья»;

 белая ткань (снег);

 аптечка: градусник, таблетки, лекарство, порошок от кашля, капли для носа, стаканчик:

 конфеты, чипсы, сухарики (чем нельзя лечиться):

посуда кукольная, кровать с постельными принадлежностями.

**Предварительная работа:**

Чтение Е . Крылова«Как лечилипетуха» ;

беседа «Как доктор лечит детей», «Как мы ходили на прививки»; рассматривание иллюстраций: врач осматривает больных, измеряет температуру, делает уколы;

 целевые посещения медицинского кабинета (прививки и др.);

игра «Больница»;

подвижные игры: «Паровозик», «Как на горке снег, снег»:

хождение по «Тропе здоровья».

**Ход непосредственно-образовательной деятельности:**

**Воспитатель:** Ребята, отгадайте загадку:

Кто в лесу глухом живет – неуклюжий, косолапый,

Летом ест малину, мед, а зимой сосет он лапу?

**Дети:** - Медведь.

**Воспитатель**: - Правильно, медведь. Вы, помните, к нам зимой приходил медведь и помогал нам елочку к новому году украсить. Медведь обещал к нам прийти еще, но почему-то не идет. Может, с ним что-то случилось?

**Дети:** Может быть.

**Воспитатель**: Хотите к нему в гости сходить?

**Дети:** Да.

**Воспитатель**: Где он живет, знаете?

**Дети:** В лесу.

**Воспитатель:** А лес далеко. Как же мы туда доберемся?

**Дети (**ответы детей)

**Воспитатель:** Мы поедем с вами в лес на поезде (показать картинку паровозика) прицепляйтесь вагончики. Все сели? Поехали!

(Подвижная игра «Паровозик»)

Загудел паровоз

И вагончики повез

Чух - чу! Чух - чу!

Далеко я укачу!

У ууу! Чух- чу.

Чух – чух! Чух – Чух!

Мчится поезд во весь дух

У-у-у.

**Воспитатель:** Вот мы и приехали.

**Дети:** Ш-ш-ш!

**Воспитатель:** Здесь, в лесу, растут деревья. Поэтому в лесу чистый воздух. Давайте подышим чистым воздухом («Поиграем носиком» дыхательная гимнастика)

«Носики гуляют» - вдох, выдох через нос.

 «Носик балуется» - на вдохе ребенок, оказывая сопротивление воздуху, надавливая большим и указательным пальцем на крылья носа.

 «Носик поет песенку» - на выдохе ребенок постукивает указательным пальцем по крыльям носа, поет «ба-бо-бу».

 «Погреем носик» - растираем переносицу указательными пальцами вверх и обратно.

**Воспитатель:** В лесу еще снег лежит (стоят елки на белой ткани, а под тканью «спит» медведь, дети его не видят), как зимой. Давайте вокруг елочки встанем.

 (Подвижная игра «Как на елке снег, снег»)

 Как на елке снег, снег. ( дети идут к елке)

 И под елкой снег, снег. ( дети отходят от елки)

 И на горке снег, снег. ( дети идут к елке)

 И под горкой снег, снег. ( дети отходят от елки)

 А под снегом спит ( медведь)

 Тихо, тихо не шуметь (дети тихонько убегают на стульчики)

**Воспитатель**: Ой, кто-то под елкой шевелится!

**Дети:** Медведь.

 Раздается чиханье и кашель. Медведь вылезает из лод «сугроба»

**Дети:** Будь здоров мишка!

**Медведь**: Спасибо! Апчхи! Апчхи!

**Воспитатель:** Мы к тебе приехали в гости. А ты, заболел? Какой у тебя насморк и кашель! Нос совсем мокрый. Вытри нос мишка.

**Медведь:** У меня нет платочка.

**Воспитатель:** Как же можно без платочка с таким насморком?

Дети, кто поможет мишке. Выручите его, дайте ему платочек.

**Дети:** На тебе платочек мишка. ( Мишка старательно вытирает нос.)

**Мишка:** Спасибо ребята за платочек.

**Воспитатель**: Бедный мишка, где же ты так простудился?

**Медведь:** Я всю зиму спал, лапу сосал. Так было в берлоге тепло и уютно. Пришла весна, солнце стало пригревать днем, снег стал таять.

Вот мою берлогу и подмочило. Промочил я лапы и простудился. Стал кашлять и чихать.

**Воспитатель**: Беда какая. (Детям) Как же нам помочь мишке?

**Дети:** (отвечают)

**Воспитатель:** Надо мишку полечить. Поедем, мишка к нам в детский сад, там мы тебя уложим в постель, и будем лечить. Давайте на машине поедем, быстрее доберемся. Сели на машину и поехали. (Игра «Машина»)

 Би - би – би – гудит машина (дети ритмично постукивают кулачками одной руки о ладонь другой)

 Тук-тук-тук – мотор стучит (ритмично хлопают руками)

 Едем, едем, едем, едем – он так громко говорит (ритмично притопываем ногами)

 Шины трутся о дорогу, шу-шу-шу они шуршат

 (потирают ладони друг о друга)

 Быстро крутятся колеса - та-та-та – вперед спешат (делают ритмично вертушку руками).

 **Воспитатель**: Приехали. Давай мишка ложись в кровать. Мы тебя будем лечить. Юля, принеси нам аптечку (приносит). Посмотрим, что тут есть. Достает градусник, таблетки, лекарство, капли для носа, порошок от кашля и конфеты, чипсы, сухарики.

**Воспитатель:** Чем можно вылечить мишку?

**Дети** (отвечают)

**Воспитатель:** Надо мишке измерить температуру. Где градусник?

(Дети приносят градусник.) Померяем температуру. У мишки высокая температура. Где у нас лекарство от температуры (таблетка)? Где таблетки? (Дети приносят мишке таблетку) Даем таблетку. Надо ему теплого питья запить таблетку, она ведь горькая. От насморка закапаем капельки в нос. Принесите капельки для носа. А как мы будем кашель лечить? Надо развести порошок и дать мишке выпить.

**Воспитатель**: Вот теперь мишка отдыхай и поправляйся, а мы тебе будем картинки показывать о том, что нужно делать, чтобы не болеть.

 Расскажите мишке, что вы делаете, когда просыпаетесь?

**Дети:** Умываемся, чистим зубы, делаем гимнастику.

**Воспитатель**: А потом?

**Дети:** Завтракаем и играем, а потом идем гулять на улицу.

**Воспитатель:** Дети у нас всегда активно двигаются и одеваются по погоде. Поэтому они не мерзнут и не потеют. Что вы делаете после прогулки?

**Дети**: Обедаем и спим, а после сна ходим по «тропе здоровья».

**Воспитатель**: Давайте мишку пригласим погулять по нашей «тропе здоровья»

.Мишка ходит по «тропе здоровья»

**Воспитатель:** Теперь мишка ты совсем не кашляешь и можешь вернуться в свой лес. Ребята, мы с вами сегодня помогли мишке поправиться. Научили его, что нужно делать, чтобы быть здоровым. Узнали ,о том чем нужно лечиться. Надо всегда помогать близким. Миша обязательно делай, так как мы тебя научили, и научи делать это своих друзей, и вы не будете болеть. До свидания Миша.