**НОД с использованием здоровьесберегающей технологии**

**«Почему нужно чистить зубы»**

**Возраст:** от 3 до 5 (младшая подгруппа)

**Образовательная область:** физическое развитие

**Интеграции:** познавательное, речевое, социально- коммуникативное

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни

**Задачи:** *«Физическое развитие»:*формирование представлений о здоровом образе жизни; формирование полезных привычек, важности их соблюдения для здоровья; учить детей овладевать основными гигиеническими навыками; закрепить знание последовательности процесса чистки зубов; воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья; развивать двигательную и дыхательную систему ребенка упражнять в основных видах движений (подлезание, перешагивание перепрыгивание) *«Познавательное развитие»:*развитие у детей познавательных процессов; формирование представлений об объектах окружающего мира; развивать умения выполнять математические действия, различать предметы по размеру, закрепить порядковый счет, состав числа; стимулировать развитие зрительного и слухового внимания.

*«Речевое развитие»:*стимулировать развитие инициативности и самостоятельности ребенка в речевом общении со взрослыми и сверстниками; учить детей при ответах на вопросы использовать элементы объяснительной речи; развивать словарь детей посредством знакомства со свойствами и качествами предметов.

*«Социально-коммуникативное»:*формирование умения устанавливать контакт со взрослыми и детьми, развитие эмоциональной отзывчивости, сопереживания; развитие свободного общения со взрослыми и детьми.

**Материалы, инструменты, оборудование:** половая щетка, корзинка с одежной, обувной, зубной (механическая и электрическая) щетками, магнитофон с записями музыки, магнитная доска, смайлики веселые и грустные по количеству детей, стаканчики для полоскания рта; карточки, отображающие последовательность чистки зубов .

**Содержание НОД**

**Воспитатель:** Улыбнитесь всем вокруг

Поскорей вставайте в круг.

И возьмитесь все руками.

Поздоровайтесь с гостями,

*(Дети на ковре, держась за руки, образуют круг, здороваются)*

Появляется плачущий Незнайка. Как вы думаете почему он плачет? (зубки болят)

Воспитатель: Дети, почему у Незнайки могли заболеть зубки, в чем причина (он их не чистит по утрам и вечерам, не полощет рот после еды, не чистит язычок, много ест сладкого, не ходит к зубному врачу) .

Воспитатель: В больнице, на двери зубного врача, висит табличка - " Стоматолог". Стоматология- это область медицины, изучающая строение зубов, причины возникновения, лечение и профилактику зубных болезней, заболеваний полости рта. Давайте повторим все вместе это новое для нас слово (повторяют вместе и индивидуально). Стоматолог нашёл бы во рту много микробов. Они там кусаются, вот зубки и болят.

Незнайка: У-У-У! Ой, микробы, да ещё кусаются! Я их боюсь! Сейчас как подую сильно-сильно и сдую всех микробов. Вот так- фу- у -у.

Воспитатель: Нет, Незнайка, так микробов не сдуешь. Но мы с ребятами хотим научить тебя дыхательной гимнастике, которая поможет тебе не болеть.

**Упражнение "Ветерок"**

И. п. : сидя, лёжа. Туловище расслаблено, сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку.

1. Сделать полный вдох, выпячивая живот и рёбра грудной клетки.

2. Задержать дыхание на 3-4 с.

3. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить3-4 раз.

(Дети собираются вокруг воспитателя)

Воспитатель: Дети, что же нужно делать, чтобы зубки были всегда чистенькие, беленькие и никогда не болели (Чистить)

(загадывает загадку) :

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

Правильно!

Вот так, Незнайка, чтобы чистить зубы, нужна зубная щетка.

Незнайка: О, да у меня же есть щетка. Большая и с длинной ручкой. Сейчас принесу. (Выносит из другой комнаты половую щётку)

Воспитатель: Дети, разве можно такой щёткой чистить зубы (Нет, такой щеткой надо пол подметать). Если она предназначена для уборки пола, значит она какая? (Половая).

Незнайка: **Давайте поиграем (Дети идут по кругу и под музыку подлезают под палкой)**

Воспитатель: Скажите еще раз Незнайке, какая это щетка (Половая)

Незнайка: Ну так у меня еще есть. (Достаёт из корзинки обувную щетку). Вот! Этой я буду зубы чистить.

(Дети обсуждают ответ героя, рассуждают, дают правильные ответы.

Воспитатель обобщает ответы детей.)

Воспитатель: Нет, такой щёткой зубы чистить нельзя, видишь, какая она черная! Дети знают, что этой щеткой чистят обувь. Значит она какая? (Обувная). Кто хочет показать, как чистят этой щёткой обувь (Совместно с детьми желающий ребенок выполняет ритмичные движения под фонограмму " Песня про сапожника" Д. Тухманова).

Воспитатель: Давайте еще раз повторим , какая эта щетка. (Обувная) .Молодцы!

Незнайка: У меня есть еще одна щетка (достаёт из корзинки одёжную щётку) .Она светлая и чистая, наверно, это точно зубная щетка.

Воспитатель: Скажите, ребята, прав ли в этот раз Незнайка. Объясните ему назначение этой щётки (Ответы детей) этой щёткой чистят одежду. Ребята, это щётка какая? (Одежная). Молодцы! ты Теперь знаешь, что за одеждой нужно ухаживать, иногда ее чистить щёткой. Не хотел бы ты показать ребятам, как будешь теперь чистить свою одежду?

Незнайка: Нет, я опять придумал игру: будем перепрыгивать через одежную щетку, а через половую- перешагивать. **(Дети идут по кругу и под музыку перепрыгивают через щетку и перешагивают через палку)**

Воспитатель предлагает детям присесть на коврик.

**Пальчиковая гимнастика «Утречко»**

                             Утречко настало, солнышко встало.

                             Эй, братец Федя, разбуди соседей!

                             Вставай, большой! Вставай, указка!

                             Вставай, середка! Вставай, сиротка!

                             И крошка Митрошка! Привет, ладошка!

                             Все проснулись, потянулись! Молодцы!

Воспитатель:Ребята, скажите сколько щёток принес Незнайка (Три), какая щетка оказалась у Незнайки самой большой (половая, какая самая маленькая (одежная? Какая щетка меньше половой (обувная) .

Какая по счету была половая щётка (первая, обувная (вторая) и одежная (третья? Давайте Незнайке подарим зубные щётки (вручает две зубные щетки: механическую и электрическую) .Сколько их станет теперь. (дети считают и отвечают- пять) .Сколько единиц в числе пять? Я задумаю число, оно меньше 5 на одну единицу? Какое это число? Назови последующее число 5.

(Незнайка благодарит детей и признаётся, что он не знает как нужно правильно чистить зубы.)

Воспитатель предлагает детям помочь герою .

**Игра "Помоги Карлсону"**

(в конвертах находятся карточки, отображающими последовательность процесса чистки зубов, дети выполняют задание, потом проверяют, объясняя Незнайке) .

1. Вымыть руки.

2. Набрать зубную пасту.

3. Почистить зубы, язык.

4. Прополоскать рот.

5. Вымыть щетку.

6. Убрать щётку в стакан.

(Дети проверяют свои работы. Воспитатель отмечает правильность и скорость выполнения предлагает помочь тому, кто затруднялся.)

Воспитатель: Молодцы! Вы все хорошо справились с заданием.

**Самомассаж**

                                     Лобик мыли? Щечки мыли?

                                     Ушки мыли? Ручки мыли?

                                     Все помыли? Чистые теперь!

                                     Открыть к здоровью дверь!

Незнайка: Ребята, я очень рад, что попал в ваш детский сад и встретил таких добрых и умных ребят.

Воспитатель: Давайте все вместе вспомним то, чему мы научили сегодня Незнайку (подводится итог занятия).

Рефлексия

Воспитатель: А сейчас, если вы справились с работой, и занятие вам понравилось, прикрепите к магнитной доске смайлики веселые, если не понравилось и вы не довольны своей работой, прикрепите грустные смайлики.

Незнайка: Спасибо вам, теперь я каждый день буду чистить зубы. Я все запомнил.

Я так счастлив, я так рад,

Что попал к вам в детский сад.

Смогли меня вы научить,

Как всегда здоровым быть.

За это я хочу вас угостить. (раздает детям печенье)

Ой! А как же теперь ваши зубки? Вы кушали печенье и теперь ваши

зубки стали грязные. А щеток у вас нет, но есть у меня. Я вам дам

и вы все почистите моей щеткой. Берите, я не жадный!

Воспитатель: Дети, можно ли чистить зубы чужой щеткой (конечно, нельзя)

А что мы с вами делаем после еды, чтобы наши зубки опять стали чистыми (Рот водичкой полощем. Дети рассказывают потешку) :

Водичка, водичка,

Умой моё личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

(И вместе с Незнайкой идут полоскать рот) .