

Конспект открытого занятия во второй младшей группе по здоровьесбережению «Я здоровье берегу»

Цель: Формировать у детей потребность заботиться о своем здоровье, дать понятие «Предметы личной гигиены», познакомить с несложными приемами самооздоровления, вызывать желание оказывать помощь нуждающимся. Развивать связную, грамматически правильную речь.

Оборудование: мешочек с предметами личной гигиены, игрушка Мишутка, муляжи овощей, фруктов, конфет, шоколада.

Ход занятия:

Дети становятся в круг и выполняют действия:

Здравствуй правая рука,

Здравствуй левая рука,

Здравствуй друг,

Здравствуй друг.

Дружно встанем все мы в круг,

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

- Ребята, сегодня к нам пришло много гостей, давайте им тоже подарим улыбки и скажем волшебные слова : «Доброе утро!»

Сегодня мы с вами продолжим говорить о здоровье.

Стук в дверь, появляется мишка.

В- Ребята, к нам в гости пришел Мишутка.

М- Здравствуйте, ребята!

В- Здравствуй, Мишка. Ребята, здороваться- значит желать друг другу здоровья и хорошего настроения.

М- Ребята, а что это значит быть здоровым? Здоровый человек, он какой?

В- А когда человек болеет, то каким становится?(грустным, слабым, плаксивым)Так что же лучше, быть здоровым или болеть?

М- А я не знаю что нужно делать, чтобы не болеть?

В- Расскажем Мишке, что же нужно делать? С чего начинается наш день в детском саду?(с зарядки)

М- А что это?

В- Давайте покажем Мишутке, как мы делаем зарядку?

Физкультминутка:

Солнце глянуло в кроватку

Раз, два, три, четыре, пять,

Все мы делаем зарядку,

Надо нам присесть и встать,

Руки вытянуть пошире

Раз, два, три, четыре, пять,

Наклониться- три, четыре,

И на месте поскакать,

На носок, потом на пятку,

Дружно делаем зарядку!

В- Молодцы, ребята! Так дружно мы позанимались и стали здоровее!
Мишутка, тебе понравилось?

М- Да, это было так здорово! Теперь я каждый день буду делать зарядку!

Какие вы все красивые, нарядные! А я вот, лохматый. У меня нет расчески. Дайте, пожалуйста, мне свою расческу, что бы я тоже стал красивым.

В- Ой, ребята, а разве можно давать свою расческу кому-нибудь? А почему? А нельзя, потому что это предмет личной гигиены, а значит, им может пользоваться только один человек. Такие предметы должны быть у каждого свои. А если не соблюдать эти правила, то можно заболеть. Ребята, давайте поиграем с вами в игру «Чудесный мешочек» и расскажем Мишутке, какие еще бывают предметы личной гигиены(загадать загадку, достать предмет и обговорить)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. (Расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

Вафельное и полосатое,

Гладкое и лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? (Полотенце)

Лег в карман и караюлю:

Рёву, плаксу и грязнуюлю,

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос!(Носовой платок)

В- Мишутка, надеемся, ты запомнил, какие бывают средства личной гигиены и, теперь ты сможешь соблюдать все правила гигиены, будешь красивым и здоровым.

М- Я так рад, спасибо большое!

В- Ребята, а чтобы не болеть и быть здоровым, можно еще делать массаж. Кто-нибудь из вас знает, что это такое? Массаж-это поглаживание, растирание, надавливание. А если кто то сам делает себе массаж-это называется самомассаж. Давайте сделаем все вместе.

Лобик мыли? Щечки мыли?

Ушки мыли? Ручки мыли?

Все помыли? Чистые теперь!

Открывать к здоровью дверь!

В- Ребята, а что еще необходимо для того, чтобы быть здоровым? Мы с вами говорили уже- соблюдать правила личной гигиены, заниматься физкультурой, гулять на свежем воздухе, а еще?(Есть витамины)

Совершенно верно, это значит употреблять полезную пищу, богатую витаминами. Мишка, что ты любишь кушать?(Мёд)Мёд очень полезен! В нём много витаминов. Посмотрите, на столе стоит корзина с разными продуктами. Давайте соберем для Мишутки гостинцы полезные для здоровья.

Игра «Что лишнее?»(В корзине лежат муляжи овощей, фруктов, шоколад, конфеты и т.п.)Дети собирают в корзину овощи и фрукты.

В- Мишутка, посмотри сколько гостинцев приготовили для тебя ребята! Всё это полезно для здоровья. Кушай и никогда не болей!

М- Ой, спасибо большое ,ребята. Как мне приятно. Я узнал, что нужно делать, чтобы не болеть.

В- Ребята, а что же нужно делать?

Мы рассказали с вами, что нужно делать, что бы сохранить здоровье. Мы все большие молодцы. А теперь, давайте прощаться с Мишуткой и гостями. Благодарим всех за визит.