

Конспект занятия в средней группе «Поможем мишке быть здоровым».

Цель: формировать у детей представление о здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Развивать представление о необходимых человеку витаминах.
2. Формировать представление о значении физических упражнений для организма человека.
3. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Материал и оборудование: мишка, письмо, обручи, скамейка, картинки с полезными советами.

Предварительная работа: Чтение сказки К. Чуковского «*Мойдодыр*»; Беседы о правилах личной гигиены; рассматривание дидактического материала по теме; разучивание стихов; подготовка атрибутов к занятию.

Ход занятия

Перед началом развлечения обыгрывается ситуация:

Воспитатель: Я сегодня получило письмо. А от кого это письмо, вы узнаете, послушав загадку.

- Он хозяин леса строгий, любит спать зимой в берлоге,
- И всю зиму на пролет, ему снится сладкий мед.
- Страшно может он реветь, а зовут его (*медведь*).

Воспитатель: Молодцы угадали. Медведь пишет, что он не хочет больше быть косолапым, толстым и неуклюжим. Давайте отправимся в лес в гости к мишке. Он живет в чаще леса, путь туда длинный. А поедем мы на чудесном нашем паровозике.

П\и "Паровозик".

Вот и приехали мы в лес. Давайте позовем мишку. Здравствуй мишка мы прочитали твое письмо и приехали тебе на помощь. Ну ка рассказывай, часто ли ты делаешь зарядку?

Мишка: Ой нет, зарядку я ребята и не делал никогда.

Воспитатель: А наши ребята любят делать зарядку, ведь это полезно для **здоровья**. Мы с ребятами покажем тебе необычную зарядку. Становись вместе с нами и повторяй.

"Веселая зарядка".

Молодцы ребята. Мишка тебе понравилась зарядка?

Мишка: Да, а давайте мы пойдём по лесу и вы мне покажите чем я могу там заниматься.

Воспитатель: Давайте, строимся на дорожку, берем за руки и пойдём. Сначала наши ребята покажут тебе как нужно аккуратно проходить препятствия, не задевая кустиков, ползать по бревну, скакать с кочки на кочку (идут змейкой вокруг кустиков, затем идут по бревну, прыгают из обруча в обруч на двух ногах).

Игра с мишкой "Ловишки".

Мишку приглашают отправиться вместе с ребятами в детский сад. Ребята едут на паровозике с мишкой в детский сад.

Дети рассказывают стихи с сопровождением слайдов о здоровье.

Воспитатель: Ты запомнил мишка что нужно делать чтобы быть здоровым?

Мишка: Да, я все запомнил, нужно умываться, делать зарядку, есть овощи и фрукты, заниматься спортом и гулять в любую погоду.

А у меня для вас есть подарок - мед. Он полезен и взрослым и детям. В нем много полезных веществ. Чай с медом помогает при простуде.

Воспитатель: Спасибо мишка за угощение. Ребята обязательно попробуют твой мед. А вам всем желаю быть здоровым.

Прощаемся с мишкой. Ребята идут кушать мишкино угощение.