**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Региональный детский сад «Сказка» села Крымское Сакского района Республики Крым**

**КОНСПЕКТ**

занятия по формированию здорового образа жизни

на тему: «Проказливые микробы»

в младшей группе

Автор (составитель):

*Шкапова Ирина Викторовна,*

воспитатель

с. Крымское,

2023 г.

**Конспект занятия**

**по формированию здорового образа жизни детей группы младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет).**

**Тема:** «Проказливые микробы».

**Автор разработки:** Шкапова Ирина Викторовна, воспитатель.

**Цель занятия:** закрепление представлений детей о компонентах здорового образа жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Закрепить представление о полезной и вредной пище;

2. Закрепить представления о предметах личной гигиены;

3. Закрепить умение правильно мыть руки в соответствии с алгоритмом;

4. Закрепить представление о способах повышения сопротивляемости к заболеваниям;

5. Закрепить знания об основных цветах (красный, желтый, синий, зеленый);

6. Формировать культурно – гигиенические навыки.

**Развивающие:**

1. Развивать когнитивные процессы;

2. Развивать мелкую моторику;

3. Развивать наблюдательность.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать бережное отношение к собственному здоровью.

**Материалы и оборудование:** колокольчик, бумажный самолетик, смартфон, коробки разных цветов (красная, желтая, синяя, зеленая, белая), большая лампочка красного и зеленого цвета, таблица, наклейки или за ламинированные картинки (зубная щетка, будильник, гантель, яблоко, мыло), картинки «мыло» по количеству детей, кубик с гимнастикой, картинки «предметы гигиены», «игрушки», «полезные и вредные продукты», одноразовые тарелки.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, физическое развитие.

**Использованные технологии:** игровые; ИКТ – технологии; здоровьесберегающие.

**Музыкальное сопровождение:** запись песни Е. Железновой «Наши ручки».

**Ход занятия:**

**I .** **Организационный момент.**

***Игровая мотивация***.

*Воспитатель звенит колокольчиком, зазывая детей в круг*

*Позывной:*

*Динь – динь – динь, звенит колокольчик,*

*Собирает ребяток в кружочек!*

**Воспитатель:** Ребята, вы догадались, зачем мы с вами собрались?

**Дети:** Да, у нас начинается занятие.

**Воспитатель:** Конечно, вы правы, мои дорогие, а это значит, что мы займемся чем-то очень интересным! Но сначала предлагаю выразить приветствие своим друзьям. Опустите ручки и потрясите ими внизу, произнеся тихо – тихо «Доброе утро!». Теперь вытяните ручки перед собой и скажите чуть громче «Доброе утро!». А сейчас поднимите ручки высоко над головой и громко скажите «Доброе утро!».

*Дети приветствуют воспитателя и друг друга; внезапно в группу влетает бумажный самолетик.*

***Мотивационный момент***

**Воспитатель:** Что это?

**Дети:**Это бумажный самолетик.

**Воспитатель:** Кто-то из вас принес его с собой?

**Дети:** Нет! Он только что прилетел.

**Воспитатель:** Интересно… Давайте рассмотрим его.

*Поворачивает его, рассматривает с разных сторон, замечает qr – код.*

**Воспитатель:** Здесь что-то есть! Ребята, кто знает, что это за картинка такая?

**Дети:**Это код. На него нужно навести телефон.

*Если дети не догадываются, воспитатель сам говорит, что нужно сделать с кодом, наводит камеру телефона и делает расшифровку.*

Примечание: в течение занятия дети заполняют таблицу с 5 ячейками. По мере выполнения заданий дети будут находить наклейки/картинки, относящиеся к ЗОЖ, которые будут вклеивать в нее.

**Голос:** *Внимание - внимание! Объявлена чрезвычайная ситуация. На вашу группу напали микробы. Чтобы их обезвредить, необходимо собрать предметы, которых они боятся. Для этого нужно выполнить задания. Внимание! Выполнить задания смогут только самые умные и быстрые ребята. Если среди вас есть такие, то они точно найдут первое из них в красной коробке.*

**II. Основная часть.**

**Воспитатель:** Вот это обстоятельства! А я все думаю, почему в нашей группе загорелась эта лампочка *(обратить внимание детей на большую картинку лампочку, размещенную на доске или двери).* Среди нас точно есть умные и быстрые ребята. Кто первым увидит красную коробку?

*Дети находят коробку, заранее установленную в группе, открывают ее, видят таблицу, задание и первую наклейку.*

**Микробы боятся чистоты, поэтому перепутали все предметы гигиены с игрушками.**

*Дети выполняют задание, проговаривают для чего нужен тот или иной предмет личной гигиены, наклеивают наклейку (зубная щетка) в ячейку и ищут в группе* синюю коробку.

**Чтобы быть здоровыми, нужно соблюдать режим дня. Отвечайте на вопросы громко - либо ДА, либо НЕТ!**

**Игра – кричалка:**

Утром мы ложимся спать. - НЕТ

В обед мы спим - ДА

Ночью мы гуляем - НЕТ

Утром мы делаем зарядку. – ДА

В обед мы кушаем суп. – ДА

Ночью мы спим. - ДА

Гулять это вредно. - НЕТ

Вечером мы ужинаем. - ДА

Утром мы просыпаемся. – ДА

*Дети выполняют задание, наклеивают наклейку (будильник) в ячейку и ищут в группе* желтую коробку.

**Тот, кто занимается спортом – никогда не болеет. Кидайте кубик и выполняйте упражнения – тогда ваше здоровье будет еще крепче, а сил – больше.**

*Дети выполняют задание, наклеивают наклейку (гантеля) в ячейку и ищут в группе* зеленую коробку.

**Здоровое питание – залог крепкого здоровья. Кто правильно питается, того ни один микроб не одолеет. Возьмите тарелку и положите на нее только полезные продукты.**

*Примечание: Работают стоя вокруг стола. Если детей много, можно распределить их по подгруппам. В центре стола разместить полезные и вредные продукты таким образом, чтобы дети могли достать.*

*Дети выполняют задание, наклеивают наклейку (яблоко) в ячейку и ищут в группе* белую коробку.

**И напоследок, соблюдайте личную гигиену – мойте руки с мылом! Вспомните, как правильно это нужно делать?**

*Примечание: Детям раздается кусочек мыла (распечатанная и заламинированая картинка), выполняется движение под музыку (Е. Железнова «Наши ручки отмываем»)*

*Дети выполняют задание, наклеивают наклейку (мыло) в ячейку.*

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, все ли предметы собраны?

**Дети:** Да!

**Воспитатель:** Посмотрите, каким цветом горит лампочка?

**Дети:** Зеленым!

*(Пока дети играли, лампочку меняет на другую младший воспитатель)*

**Воспитатель:** Верно! Она горит зеленым, это значит, что в нашей группе нет места микробам, мы всех их прогнали!

**Дети:** Да!

**Воспитатель:** Предлагаю поместить нашу табличку на самом видном месте в группе, а где именно – вы выбирайте сами.

*Дети ищут место для таблички, воспитатель прикрепляет ее туда; благодарит детей. Занятие завершено.*

**III. Заключительная часть.**

Подведение итогов.

**Воспитатель:** Ребята, давайте повторим, чего боятся микробы?

*Дети повторяют.*

**Воспитатель:** Я рада, что вы все знаете! Ни сколько не сомневалась в вас! А чтобы они никогда не появлялись, прошу вас соблюдать все правила, о которых мы сегодня говорили. Обещаете?

**Дети:** Да!