Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Одинцовская гимназия №14

дошкольное отделение – детский сад № 82

Открытый просмотр.

Тема: «Здоровье- это главное!»

в средней группе.

Воспитатели: Бобкова С.В.

Войтенко О.В.

г.Одинцово, 22 марта 2022 г.

**Цель:** сформировать знания детей о здоровом образе жизни.

# Задачи:

Обучающие

* формировать знания о здоровом образе жизни;
* закреплять представления детей о важности для здоровья занятия спортом; Развивающие
* развивать у детей понимание значения о необходимости гигиенических процедур.
* расширять знания о питании и его значимости Воспитательные
* воспитывать бережное отношение к своему организму;
* воспитывать любовь к физическим упражнениям, самомассажу.

# Материал:

1. Мешочек с предметами личной гигиены. 2.Картинки с изображением зубов.

1. Две корзинки.
2. Муляжи продуктов.

# Ход занятия. Приветствие.

Мы сначала будем хлопать, А потом мы будем топать, А сейчас мы повернемся,

И друг другу улыбнемся. Дети садятся на ковер.

**Воспитатель:** ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. Кто знает, что значит быть здоровым?

Ответ детей.

**Воспитатель:** а сейчас, давайте, поговорим о том, как мы можем помочь себе укрепить здоровье. Что мы делаем по утрам?

Дети: зарядку.

**Воспитатель:** давайте покажем нашим гостям, как мы умеем ее делать.

# Физминутка «Веселая зарядка»

Солнце глянуло в кроватку, Раз, два, три, четыре, пять. Все мы делаем зарядку, Надо нам присесть и встать. Руки вытянуть по шире, Раз, два, три, четыре, пять. Наклониться – три, четыре, И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку,

Дружно делаем зарядку.

А еще мы с вами занимаемся в спортивном зале физкультурой, правильно питаемся, следим в группе за чистотой, кушаем витамины.

Стук в дверь, входит замарашка. **Замарашка:** ребята, спрячьте меня скорей, а то за мной гонится Мойдодыр со своими помощниками.

**Воспитатель:** а почему он за тобой гонится? **Замарашка:** пристал ко мне, умойся, причешись, почисть зубы, а я не хочу, мне и так хорошо. Можно я с вами тут побуду, пока он успокоится?

**Воспитатель:** ребята скажите, а разве хорошо быть грязными и не причесанными? **Дети:** нет

**Воспитатель:** вы хотите с такой замарашкой дружить?

**Дети:** нет.

**Замарашка:** ой, ой, ой, можно подумать, что вы прям все такие чистюли здесь собрались.

**Воспитатель:** конечно, все дети знают, что чистота залог здоровья.

**Замарашка:** ха, а я сейчас проверю, у меня есть мешочек, мне его Мойдодыр подарил, только я не знаю, зачем мне он нужен? Пусть ребята угадают, что в нем лежит, и расскажут зачем это надо. Согласны?

**Дети:** да.

# Дидактическая игра «Чудесный мешочек»

Цель: развитие тактильных ощущений, развитие связной речи, использование в речи антонимов, развитие сообразительности.

Дети на ощупь определяют предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная щетка, зубная паста) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.

**Замарашка:** ого, а я и не знала, зачем они нужны, я думала, что это игрушки. **Воспитатель:** вот теперь знай, что это очень нужные и полезные вещи. А еще ребята давайте покажем, как надо умываться.

**Самомассаж «Лицо».** Лобик мыли? Щечки мыли? Ушки мыли? Ручки мыли? Все помыли? Чистые теперь! Открывай к здоровью дверь!

**Замарашка:** ну ладно, я поняла, зачем и как нужно умываться, а зубы то зачем нужно чистить?

**Воспитатель:** давайте посмотрим на картинки, где нарисованы два зуба. Посмотрите, один зубик белый, веселый, а другой – зубик темный, грустный. Расскажите нашей гостье, почему один зубик грустный, а другой радостный?

**Дети:** белый зубик радуется, потому что его чистят, кормят здоровой пищей. А темный зубик грустит от того, что о нем забыли. Его перестали чистить, едят много сладкого и от этого зубик болеет.

**Замарашка:** это что же получается, если я не буду чистить зубы, то они будут болеть?

**Воспитатель:** конечно, будут, и их придется лечить или удалять, и тогда можно вообще остаться без зубов.

**Замарашка:** я не хочу остаться без зубов ведь я так люблю, есть конфеты, чипсы и тортики.

**Воспитатель:** ребята, а разве можно есть столько сладкого?

**Дети:** нет.

**Замарашка:** а что же тогда можно? Я уже и в магазин сходила, что же теперь делать? **Воспитатель:** а ребята тебе сейчас расскажут и покажут, что полезно есть, а что вредно. Ну, что поможем друзья?

**Дети:** да.

# Дидактическая игра «Полезно – вредно»

Замарашка отдает пакет с продуктами. Дети, должны разложить продукты питания на полезные и вредные для здоровья

человека, объясняя свои действия. **Воспитатель:** ну что, теперь ты поняла, что полезно есть, а что вредно?

**Замарашка:** да, спасибо вам ребята, что рассказали мне, зачем нужно умываться, чистить зубы и есть полезную еду.

Теперь обязательно буду следить за своим здоровьем. Вы мне очень помогли, и я хочу с вами поделиться витаминами. До свидания и будьте здоровы.

Воспитатель подводит итоги занятия.