**Конспект занятия**

**«Что такое здоровье?»**

**(беседа)**

**Подготовила: Докукина В.Н.**

**Цель -** Сформировать у детей представление о необходимости вести здоровый образ жизни.

**Программные задачи:** Закреплять представление о здоровье, и основах здорового образа жизни, как одной из главных ценностей человека. Дать представление о негативных факторах, влияющих на здоровье. Воспитывать желание беречь свой организм и заботиться о нем. Коррекция поведения на основе игровых заданий.

**Ход занятия**

***Воспитатель:*** Ребята, вы знаете, что такое здоровье? Здоровье – это когда ты весел и все у тебя получается, и ты не грустишь. Если не следить за своим здоровьем, можно заболеть. Ребята, я предлагаю вам отправиться сегодня в интересное путешествие, по городу Здоровья! Готовы? Отправляемся. А где же мы оказались?

1. **Улица «Чистоты».** Посмотрите перед нами **«Волшебный мешочек».** Как вы думаете, что в нем? Узнаем? Дети достают по очереди предметы и называют, для чего они нужны.

• Чтоб волосики не путались, чтоб они нас всегда слушались,

Чтоб красивой была прическа, помогает нам …. расческа!

• Чисто - чисто умывались, чем же детки вытирались? ...полотенце.

• На себя я труд беру, пятки, локти с мылом тру…мочалка.

• Белой пеной пенится, руки мыть не ленится…мыло.

• Лег в карман и караулит, реву, плаксу и грязнулю,

• Им утрет потоки слез, не забудет и про нос…носовой платок.

***Воспитатель:*** Эти все предметы здесь не просто так. Ведь, чтобы быть здоровыми нужно соблюдать правила личной гигиены. Какие правила личной гигиены вы соблюдаете?

*Ответы детей*: чистим зубы, моем руки, умываемся.

*Воспитатель:* А для чего нужно мыть руки?

*Ответы детей*: чтобы быть чистыми, чтобы не было на руках микробов.

***Воспитатель:***  Молодцы! Отправляемся на следующую улицу.

**2. Улица «Витаминная»**. Чтобы быть здоровым, необходимо правильно питаться. Мы сейчас с вами поиграем.

**Игра: «Что полезно, а что-нет».** Посмотрите,  на столе разложены картинки. Разложите, пожалуйста, их в корзинки: в одной будут у нас полезные продукты, а в другой вредные.

*Воспитатель:* Молодцы ребята! А как вы думаете, что за буковки на наших картинках? Это витамины: А, В, С, Д, которые содержаться в этих продуктах. А для чего нужны витамины?  Витамины укрепляют наш организм, и ему легче бороться с болезнями, микробами и вирусами. Ребята, отправляемся дальше.

1. **Улица «Физкультурная».**

*Воспитатель:* Ребята, чтобы быть здоровым каждый день нужно делать зарядку.

Ну – как встанем по порядку, на веселую зарядку.

Чтобы дальше путь продолжить, мы должны скорей размяться.

Упражнения выполняйте, за мною дружно повторяйте!

**Физминутка**

Отправляемся гулять (дети ходят врассыпную)

По извилистым дорожкам (идут змейкой за ведущим)

Мы пройдем совсем немножко

Вправо, влево посмотрели (повороты головы вправо, влево)

И на корточки присели (присесть на корточки)

Встали дружно потянулись (стоя на носочках, потянуться, руки вверх)

И, как кошечки прогнулись (выпрямили спину)

А теперь прыжки на месте

И похлопаем все вместе.

*Воспитатель:*А мы уже с вами на другой улице. **4.** **Это улица «Вежливости».**

Ведь нужно быть не только чистым и аккуратным снаружи, но и быть чистым внутри. Надо быть вежливым и добрым. Слушайте внимательно и правильно отгадайте **загадки про вежливые слова:**

Слово это – будто ключик,

Золотой и сказочный,

Будто самый светлый лучик,

Звать его \_\_\_ (пожалуйста)

Скажу я маме – за заботу,

Скажу я папе – за работу,

А бабушке – за понимание.

Все чаще говорить могли бы

Слово волшебное \_\_\_ (спасибо)

Рыжая корова Лула

Ела сено и чихнула.

Чтобы не чихала снова

Мы ей, скажем \_\_\_ (будь здорова)

Неуклюжий пёсик Костик

Мышке наступил на хвостик.

Поругались бы они,

Но сказал он \_\_\_ (извини)

*Воспитатель:* Какие ещё «вежливые» слова вы знаете?

*Ответы детей:* здравствуйте, до свидания, спокойной ночи, доброе утро, добрый вечер.

*Воспитатель:* Ребята, наше путешествие по городу Здоровья подошло к концу.

**Итог занятия**: Что вам понравилось больше всего? Мы сегодня многому научились. Давайте еще раз вспомним, что нужно для того, чтобы быть здоровым: соблюдать правила личной гигиены, правильно питаться, быть вежливым и добрым, делать зарядку и заниматься спортом. Я хочу пожелать вам, чтобы вы были всегда веселыми, здоровыми и красивыми и никогда не покидали город Здоровья.