# Конспект НОД во 2 младшей группе «Мишка, будь здоров»

Образовательные задачи:

1. Познакомить детей с понятием *«витамины»*, закрепить знания об овощах и фруктах.

2. Формировать осознанно-правильное отношение к своему здоровью.

Развивающие задачи:

1. Развивать культурно-гигиенические навыки.

2. Совершенствовать общую, мелкую и артикуляционную моторику, двигательную активность.

3. Развивать логическое мышление, память, внимание.

Воспитательные задачи:

1. Воспитывать привычку здорового образа жизни.

2. Воспитывать у детей эмоциональную отзывчивость, доброту, желание прийти на помощь другим.

Приёмы:

– игровая мотивация - оказание помощи другу, игры-задания, артикуляционная, пальчиковая гимнастика, массаж, двигательные упражнения, дидактические игры *«Что растёт на ветке, что растёт на грядке?»*, *«Быстро это отгадай»*.

Материалы и оборудование:

– куклы сказочных персонажей Машеньки и Медведя, имитация лесной тропинки, ручейка, макет волшебного дерева, берлога медведя, муляжи фруктов и овощей, мостик-спортивные брёвнышки, зубные щётки, мыло, расчёски, зубная паста, полотенца, магнитная доска.

Предварительная работа:

беседы *«Откуда берутся болезни»*, *«Зачем делать зарядку»*, *«О пользе витаминов»*, рассматривание тематических альбомов *«Весна»*, *«Овощи и фрукты»*, чтение художественной литературы (А. Барто *«Девочка чумазая»*, К. Чуковский *«Мойдодыр»*, сказка *«Маша и Медведь»*, дидактические игры, загадки на тему *«Здоровье»*.

## Ход НОД.

Дети входят в зал и встают на полоску

Воспитатель: Ах, какой сегодня день,

Улыбнёмся побыстрей,

*«Здравствуй!»* - скажем мы гостям,

Вам здоровья и всем нам!

Дети: Здравствуйте!

*(Входит в зал помощник воспитателя)*

Помощник воспитателя: Ребята, смотрите я привела к Вам гостя. Кто это? Маша.

В сказке девочка живёт,

Дружит с Мишей-Мишкой,

В короб пирожки кладёт,

Закрывая крышкой»

Дети: Да, это Машенька из сказки *«Маша и Медведь»*.

Воспитатель: Давайте все вместе поздороваемся с ней.

Дети: Здравствуй, Машенька!

Воспитатель: Ребята , я вижу что Машенька какая-то невесёлая? Давайте узнаем почему? Ой, посмотрите, вот тут еще что-то есть!

Письмо! Давайте его прочтем его, ведь Машенька не умеет пока читать!

Письмо от Миши для Маши.

Воспитатель: «Здравствуй, Машенька! Пишет тебе твой друг, медведь Мишутка. Плохо мне, Машенька, ослаб я за зиму, приходи ко мне, проведай, помоги мне, моя добрая девочка.

Спал всю зиму я в берлоге,

Ох, ослабли мои ноги,

Всё болит: глаза и ушки,

Не дойти мне до опушки».

Воспитатель: Так вот почему Машенька такая грустная, ее другу очень плохо

Машенька хочет помочь Мише, но надо идти в лес, а вот одной то страшно. Вот и пришла Машенька к вам в детский сад за помощью.

Воспитатель: Ребята, поможем Машеньке навестить её друга Мишутку в лесу?

Дети: Да! Поможем!

Воспитатель: Тогда давайте времени терять не будем и отправимся в путь, навестим больного Мишутку.

Воспитатель: Вот лесная тропинка. Ой, ребята, посмотрите, как вокруг всё красиво: солнышко ярко светит, деревья, травка, ручеёк

*(имитация лесной тропинки, травки, ручейка из тканевого полотна)*

Солнце-солнышко встаёт,

Весна красная идёт,

Пахнет в воздухе сосной,

Травкой, свежестью, смолой.

Какой свежий и чистый воздух! Чувствуете?

Давайте понюхаем, чем пахнет весенний воздух

**Дыхательная гимнастика:**

Разомнёмся мы немножко**, САМОМАССАЖ**

Разотрём свои ладошки.

*(Дети трут ладошки друг о друга до появления тепла)*.

Раз-вдохнём мы через нос.

*(Дети глубоко вдыхают воздух через нос)*.

Два - воздух пустим через рот.

*(Дети интенсивно выпускают воздух через рот)*.

Повторим мы упражненье,

Укрепим свои движенья

Воспитатель: По тропинке, по лесной,

Вновь шагаем мы с тобой.

Ой, а что это на нашем пути встречается?

Дети: Это ручеёк. *(Имитация голубого ручейка)*.

Воспитатель: Вот ручей, журчит он звонко,

*«Кап, кап, кап»* -поёт он громко.

Как, ребята, капает вода в ручейке? Давайте произнесём эти слова отчётливо и громко.

Дети: *«Кап, кап, кап»*.

Воспитатель: Что же двинемся в путь дальше. Ой, а как мы перейдем через ручеек?

**Двигательная гимнастика**

Ручеёк мы перейдём

И по кочечкам пройдём.

(Дети переходят ручей по спортивным брёвнышкам приставным шагом, сохраняя равновесие).

Воспитатель: Ой, что виднеется в лесу,

Разобрать я не могу,

Веток много-много,

Это ж Мишкина берлога.

Постучимся в дверь к нему,

Миша, Мишенька, ау!

Скамейки (стучат по скамейкам)

*(Имитация Мишкиной берлоги)* Вот мы и пришли, разбудим Мишку сначала!

давайте постучим.

Мы потопаем, как мишка:
Топ-топ-топ-топ!
Мы похлопаем, как мишка:
Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!

Пальчики приготовили:
Громче пальчики стучите,

Тук - тук - тук.

*(Стучать указательными пальцами)*.

Кулачки им помогите,

Тук - тук - тук.

*(Стучать крепко сжатыми кулачками)*.

Из берлоги выходит невесёлый Мишутка, охает.

Воспитатель: *«Здравствуй, Мишутка!»*

Мишаня: *«Здравствуй, Машенька! Здравствуйте, ребята!»*

Воспитатель: Мишутка, что у тебя случилось?

Мишаня: Ох, ох, ох, как я болею.

Воспитатель:И что же у тебя болит?

Мишаня: Всё болит: и спина, и лапы, и голова.

Воспитатель: Надо тебе подлечиться.

Мишутка: Надо, очень надо! Машенька, сбегай в аптеку и купи много всяких таблеток, от всего: от горла, от рук, от ног и много-много ещё разных.

Воспитатель: Ребята, Мишка просит Машеньку сбегать в аптеку за лекарством. Но в лесу нет аптеки, вы мне скажите пожалуйста где живут витамины. В чем их можем мы найти?

**Дети:** В фруктах и овощах.

**Воспитатель:** Эти таблетки намного полезнее!

Мишутка: Ух, ты, несите скорее мне такие таблетки, я сейчас лечиться буду.

**Воспитатель:** Мишенька, ты знаешь Машенька так торопилась к тебе, что выронила из корзины все овощи и фрукты. Вот они. Посмотри.

Мишутка: Машенька, да какие же это таблетки, смеёшься надо мной.

Воспитатель: Да, Мишенька, даже наши дети знают, что во всех фруктах и овощах находятся

 очень полезные. Что?

Дети: Витамины.

Воспитатель: Свежие фрукты и овощи можно употреблять, сколько хочешь, они заменят самые лучшие таблетки из аптеки. Ребята, а для чего нужны витамины?

Дети: Они нужны для того, чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье.

Воспитатель: Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче справиться с всякими болезнями. А когда организм здоровый и крепкий, не будет болеть голова, руки, ушки. Витамины всем нужны, тем они и хороши!

Ребята, а вы знаете, где растут фрукты и овощи? В саду – фрукты, а в огороде – овощи.

Медведь: Ну хорошо. Подсказали.

 В саду, огороде теперь посажу,

 А что, где - никак отличить не могу!

 Где овощи, где фрукты, совсем запутался.

Воспитатель: Ребята, поможем Мишке разобраться. Что сажают в саду?

Дети: Фрукты.

Воспитатель: А что сажают в огороде?

Дети: Овощи.

Мишка: Ребята разложите фрукты в зеленую корзину, а овощи в синюю корзину.

**Подвижная игра *«Всё перепуталось»***

(Дети сортируют рассыпанные муляжи: фрукты- в зеленую корзинку, овощи в синюю)

(Воспитатель, похвалив детей, предлагает им сесть на полянку и отдохнуть.)

Воспитатель: Молодцы, ребята, все фрукты, овощи рассортировали. Все они содержат много витаминов, помогает нам быть здоровыми и крепкими. Вот и Миша теперь это знает, вырастит у себя в огороде и саду всё полезное, и болеть больше не будет

Мишутка: Вот здорово, Машенька, давай я сейчас съем все эти фрукты и овощи и скорее поправлюсь!

*(Мишка съедает всю корзину овощей и фруктов, ему становится плохо)*

-Ой-ой-ой, что со мной, что со мной? Вот, Машенька, говорила, что я поправлюсь, а мне опять плохо!

Воспитатель: Ребята, как вы думаете что Мишка сделал не правильно?

**Дети**: Мишка не мыл руки перед едой и фрукты и овощи не помыл.

Воспитатель: Правильно. Ребята, о чём забыл наш Мишка, что бывает от грязных рук, от немытых фруктов?

Дети: Микробы.

Воспитатель: Да, микробы - страшная вещь.

**От грязи они появляются всюду,**

**Несут организму заразу, простуду.**

Воспитатель: Не пошли тебе, Мишенька, на пользу витамины, и руки, и фрукты ты забыл помыть, но есть одно волшебное дерево, которое тебе обязательно поможет. (Воспитатель, дети, Мишутка и Машенька подходят к *«волшебному дереву»*, на дереве висят зубные щетки, мыло, расчески, зубная паста, полотенце.)

Воспитатель: Ребята, что это за дерево? Что на нем растет?

Дети: Зубные щетки. Мыло. Расчески. Полотенце.

Воспитатель: Для чего нужны все эти предметы? Для чего нужно мыло?

Дети: Чтобы мыть руки.

Воспитатель: Когда нужно мыть руки?

Дети: Перед едой. После прогулки. После туалета. После рисования и лепки.

Воспитатель: Для чего нужно полотенце?

Дети: Чтобы вытирать руки после мытья.

Воспитатель: Для чего нужна расческа?

Дети: Чтобы расчесывать волосы. Быть красивыми. Быть аккуратными.

Воспитатель: Для чего нужна зубная паста и зубная щетки?

Дети: Чтобы чистить зубы. Чтобы зубы были чистыми и здоровыми.

Воспитатель: Какие вы молодцы! Дети, мы с вами так много говорили, что наши язычки устали. Давайте сделаем зарядку для язычка.

Дети **выполняют артикуляционную гимнастику.**

Наши детки рано встали

Чистить зубки побежали

Вправо – влево, вправо – влево

Чистим зубки мы умело!

(Рот приоткрыт в улыбке, *«почистить»* языком за н/зубами и в/зубами *(4-5 раз)*

Пополощем с вами ротик.

*(Имитация полоскания рта.)*

Дальше дружно по порядку

Вместе делаем зарядку!

Воспитатель: Ребята, покажем Мишутке, как можно интересно выполнять физические упражнения.

Дети: Да!

**Физкульт минутка**

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге. (Повороты влево и вправо.)

Чтоб скорей набраться сил,

Головой медведь крутил. (Вращения головой.)

Наклонился влево-вправо, а теперь он топает ногами

А теперь он хлопает в ладошки

Ох устал, присядет на на пенечек.

Вы такие молодцы!

Сесть на скамеечки.

Мишутка: Да, ребята, многому вы меня научили,

Мишутка: Да, обязательно позабочусь о своём здоровье. Спасибо тебе, Машенька, спасибо, ребята, за помощь, а летом приходите ко мне в гости, я вас чаем напою, с лесным полезным мёдом.

Воспитатель: Спасибо, Миша, за приглашение, а нам с ребятами в детский сад возвращаться пора, нас ждёт ещё очень много добрых дел.

**Двигательная гимнастика с элементами массажа**

По лесной дорожке, топ-топ-топ, *(топают ножками)*

Ох, устали ножки, хлоп-хлоп-хлоп *(хлопают ладошками себе по коленочкам)*

Их немножко разотрём, *(растирают ножки круговыми движениями рук)*

В детский сад опять пойдём.

 (идут, высоко поднимая ноги, проходят и садятся на стульчики.

Наше лесное путешествие подошло к концу. Миша так рад что вы ему помогли, за это он вам дарит волшебные предметы с волшебного дерева.

А гостям мы на прощанье

Скажем дружно: *«До свиданья!»*

Пожелаем не болеть,

Своё здоровье беречь!

Дети: До свидания!