

**Конспект непосредственной образовательной деятельности  
по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни  
в средней группе**

**Тема: «Помогают нам всегда-ушки, носик и глаза»**

**Интеграция образовательных областей**

**О.О. «Познавательное развитие», О.О. «Физическое развитие», О.О. «социально-коммуникативное развитие»**

**Цель:** обогащать знания детей о частях тела, и их значении.

**Задачи:**

- расширить и обогатить кругозор детей о частях тела;
- формировать навык постановки элементарных опытов и умение делать выводы на основе полученных результатов;
- формировать умения ухаживать за своими органами слуха, зрения, и обоняния;
- развивать слуховое, зрительное восприятие;

**Материалы:** Использование слайдов, фонограммы звуков – мяуканье кошки, песня: «Точка, точка запятая», апельсин, мольберт, карандаш.

**Инновационные технологии:** здоровьесберегающие технологии и использование электронных образовательных ресурсов.

**Ход ООД:**

Воспитатель: Доброе утро! Вы проснулись? (Ответ детей)

Воспитатель: Вы друг другу улыбнулись? (улыбаются друг другу).

Воспитатель: Сегодня к нам на занятие пришёл гость. Поздороваемся с ним. (гость-кукла Машенька) А теперь сели красиво, поставили ножки вместе, спинка должна быть прямая.

Воспитатель: Интересный вот вопрос Для чего нам нужен нос? И зачем у всех у нас, На лице есть пара глаз.

Машенька. Здравствуйте, ребята, сегодня у моего друга, у Саши день рождения, он попросил, нарисовать рисунок, а я не знаю, что надо рисовать. Но он дал подсказки – загадки, а я не знаю отгадок, помогите мне, пожалуйста.

Воспитатель. Поможем, ребята? (Ответ детей) Воспитатель читает загадки.

Видеть папу, видеть маму, видеть небо и леса помогают нам ...(Глаза.)

Воспитатель. Правильно, ребята, молодцы. Так значит, зачем нам нужны глаза? (чтобы смотреть, видеть, плакать). Воспитатель. Верно. Глаза позволяют нам увидеть много нового и интересного: картинки в книжках, мультфильмы, новые игры.

А сейчас мы с вами поиграем в игру: “Что прибавилось” (мячик, кукла, машина; затем 2 мячика, 2 куклы и 2 машинки).

Воспитатель. Ребята посмотрите на экран, что вы видите, (один мячик, одна кукла и одна машинка). А теперь закройте глаза, откройте. Что изменилось? (стало – 2 мячика, 2 куклы и 2 машинки).

Воспитатель. Молодцы ребята, вы все доказали, что глаза нужны нам, чтобы смотреть, видеть. Как вы думаете, нужно ли глазки беречь? (Ответ детей)

Машенька. А как же их можно беречь? Может их закрыть в сундук? (Ответ детей)

Воспитатель. Послушай Машенька, как можно беречь глаза:  
- Поменьше смотреть телевизор - Не баловаться с острыми предметами - Не бросать песком, землей в глаза - Нельзя тереть их грязными руками - Каждое утро надо умывать глазки теплой водой. А если ваши глазки устали, то нам поможет гимнастика для глаз!

**Гимнастика для глаз. «Снежинки»** (у воспитателя снежинки в руках)

#### **«Снежинки»**

Мы снежинку увидали, -  
со снежинкою играли.

*(Дети берут снежинку в руку. Вытянуть снежинку вперед перед собой, сфокусировать на ней взгляд)*

Снежинки вправо полетели, *(Отвести снежинку вправо, проследить движение взглядом.)*

Дети вправо посмотрели.

Вот снежинки полетели,  
Глазки влево посмотрели ( *Отвести снежинку влево, проследить движение  
взглядом.* )  
Ветер снег вверх поднимал  
И на землю опускал... ( *Поднимать снежинки вверх и опускать вниз. Дети,  
смотрят вверх и вниз.* )  
Все! На землю улеглись. ( *присесть, опустив снежинку на пол.* )  
Глазки закрываем,  
Глазки отдыхают. (Закрывать ладошками глаза.)

### **Самомассаж: «Наши помощники»**

Головушка – соловушка (глядят себя по голове). Лобик–бобик. Носик – курносик (с закрытыми глазами трогают кончик носа).Щёчки – комочки (трут кулачками). Глазки –краски (моргают). Ушки - непослушки. Ручки - хватучки. Пальчики – мальчики. Пузик - арбузик. Спинка - тростинка. Ножки – топотожки.

Машенька. Еще одну загадку надо отгадать: Запах хлеба, запах меда, Запах лука, запах роз различать поможет... (Нос). Воспитатель. А для чего нам нужен носик? (Ответ детей) Правильно. А сейчас мы с вами поиграем.

### **Игра «Носик, носик угадай».**

Носик, носик, угадай, Чем же пахнет, ты узнай? Закрывать глазки и угадать, чем пахнет. (Берется апельсин).

Воспитатель. Молодцы, ребятки. Так, дети, для чего нам нужен нос? (ощущать запахи).

### **Упражнение «Дыхание под музыку».**

Шагаем по тропинке, воздухом дышим полной грудью. Ручки лежат на животе. Помните о правилах дыхания. Плечи не поднимать. Животом помогать. Втягиваем воздух, чем носиком. Воспитатель. Молодцы, ребятки. Вот мы с вами доказали, что носик нам нужен для дыхания.

Машенька. А как же беречь нос? Воспитатель. Давайте расскажем Машеньке о правилах гигиены и безопасности носа: -Нельзя ковырять пальцем в носу или острым предметом; -Нельзя пользоваться чужим полотенцем и платочком; -Нельзя засовывать мелкие предметы.

Машенька. Еще одну загадки отгадайте. Есть у зайца на макушке, у тебя, твоей подружки, бывают слушки и неслушки. Что же это? Наши... (Ушки).

Воспитатель. Молодцы ребята, это уши. В отличие от глаз, которые, закрываются и отдыхают, наши уши постоянно «работают» - они постоянно слышат, даже когда человек спит. Уши очень хорошо слышат разные звуки.  
Воспитатель: Ребята, я знаю очень интересную игру, хотите поиграть? (Ответ детей)

### **Проводится игра: "Узнай по голосу":**

Все встают в круг, водящий ребенок - в центре. Дети, взявшись за руки, идут по кругу и говорят:

Ты сейчас стоишь в кругу, мы зовем тебя: "Ау! ".

Глаза крепко закрывай, кто позвал тебя, узнай! (включается мяуканье котенка) Воспитатель. Ой, ребята, кто это кричит? (Ответ детей)

Воспитатель. А как вы догадались? (Ответ детей)

### **Релаксация "Спящий котёнок"**

Воспитатель. Давайте закроем глазки и представьте, что вы весёлые, озорные котята. Светит солнышко ярко - ярко. На улице тепло и тихо. Что вы видите? Каких котят вы видите вокруг? А где они сидят, что делают? Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали... начали зевать, ложатся и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повторить 1 раз).

Машенька. А уши тоже надо беречь или не обязательно? Дети. Конечно, уши тоже надо беречь. Воспитатель. Правило как беречь уши: - Надо мыть уши с мылом. - Никогда не ковыряй в ушах спичками, булавками и другими острыми предметами. - Сильный шум, резкие звуки, громкая музыка портят слух. Чаще отдыхай на лугу, в лесу, у реки, среди тишины. - Если почувствовал боль в ухе или туда попадет соринка, обратись к врачу.

Машенька. Ребята, вы помогли мне, теперь я знаю, что Саша в подарок хотел получить свой портрет.

(включается песня: «Точка, точка, запятая». Слова: Юлий Ким ; Музыка: Геннадий Гладков)

Машенька: Сейчас я нарисую портрет Саши, помогайте мне ребята, о чем первая загадка, вторая, третья? (глаза, нос, уши).

Вот и получился портрет, вот Саша обрадуется. Побегу обрадовать друга.

Спасибо, до-свидания.

Воспитатель. Кому мы сегодня помогали? Как мы помогли Машеньке? Сегодня на занятии мы с вами говорили о наших помощниках глазах, носе и ушах. И о том, как нужно их беречь. Я думаю, вы не забудете эти правила. Молодцы, ребята, спасибо до свидания.