**На допомогу звірятам**

***(конспект заняття з валеології в середній групі)***

**Мета:** **Навчальна:** продовжувати вчити дітей піклуватися про своє здоров’я, уникати ситуацій, які приносять шкоду здоров’ю, поглиблювати знання дітей про корисні властивості овочів і фруктів, корисної їжі для здоров’я людини;

**Розвивальна:** формувати пізнавальний інтерес до «природної аптеки»; поглиблювати знання дітей про значення дотримання правил особистої гігієни для збереження і зміцнення здоров’я, закріплювати культурно гігієнічні навички, пояснивши навіщо мити руки і чистити зуби;

**Виховна:** виховувати бажання піклуватися про своє здоров’я.

**Матеріал:**площинні іграшки – Зайчик, Вовк, Ведмедик, площинні дерева, будинок зайчика, лялькове ліжко.

Чарівний мішечок в якому: гребінець, рушничок, мило, зубна щітка, зубна паста; чіпси, лимон, яблуко, апельсин, сухарики.

**Хід заняття**

1. ***Організаційний момент.***

*Вихователь пропонує дітям утворити коло ; подарувати одне одному свої посмішки, свій гарний настрій.*

Моя посмішка весела,

Моя посмішка чарівна

Ось тримай і ти її

Посміхайся і рости.

**Мотивація.**(Звучить запис скрекоту сороки).

***Вихователь:*** - До нас прилетіла сорока, а в дзьобі принесла лист. Що в ньому зараз дізнаємось.

Добрий день, мої малята!

Пишуть лісові звірята

Друзі ви часу не гайте

В подорож мерщій рушайте.

Сталася біда у нас

То ж допомогти нам час.

* Сорока повідомила, що Лікар Айболить сьогодні вранці полетів в Африку лікувати хворих тваринок.
* Малята, допоможемо звірятам?
* Діти, на нас чекають справжні пригоди в лісі. То ж час вирушати в подорож до лісу і чимскоріш допомагати звірятам.

Раз, два, три, чотири, п’ять

Стали діти дружно в ряд

Крокза кроком всі швиденько

До звірят пішли хутенько

Допомоги виглядають

На діток вони чекають.

*(Діти один за одним крокують по доріжці широким кроком, високо піднімаючи ніжку).*

**3.Продуктивна діяльність.**

- Ось ми дісталися галявини. Погляньте, який тут гарний будиночок! Цікаво, хто в ньому мешкає?

*(Діти підходять до будинку і стукають. З’являється Зайчик із зав’язаним горлечком і термометром під лапкою).*

Ой, ой, ой, рятуйте, друзі!

Перемерз я на морозі

Думав що сніжок пухкенький

Це морозиво смачненьке,

Горлечко тепер болить

І морозить і знобить

Полікуйте, вас благаю.

Від хвороби знемагаю.

*Вихователь садить зайчика на стілець, вкутує.*

* Дітки, ви чули? Наш зайчик захворів. Що ж нам тепер робити? (*Відповіді дітей*).
* Дійсно, ми повинні допомогти нашому Зайчаті. Давайте зберемо все, що нам необхідне для лікування.

**Гра «Вибери потрібне»**

*На столі розкладені різні предмети (градусник, мікстура, цукерка, морозиво, шарф, книга, машинка) потрібно вибрати ті предмети, які необхідні для лікування.*

***Вихователь: -*** Але щоб скоріше видужати зайчику допоможуть і не тільки ліки.

* А що ще допомагає по скоріш видужати? (*відповіді дітей)*
* Щоб вилікувати хворе горлечко корисний чай із малинового варення, нагідок, калини, меду. А ще потрібно їсти вітаміни, які нам дає природа – це овочі і фрукти. Вони не тільки корисні, але і смачні. *(Діти підходять до столу, на якому лежать лимон, яблуко, апельсин, чіпси, сухарики)*
* Давайте виберемо корисні вітаміни, які знадобляться,щоб Зайчик по скоріше видужав.
* Діти дають мікстуру, поять чаєм з медом, і кладуть в ліжко зайчика.
* Ти неслухняний, Зайченятко, запам’ятай назавжди, що сніг зовсім не для їди, сніжок тільки для гри.
* Хай видужує наш Зайчик, тепер він знає, що не можна їсти сніжок, і знає, що потрібно робити щоб швидше видужати.
* Молодці, а зараз ми йдемо далі в подорож *(звучить музика, використовуються різні види ходьби).*

*(Біля ялиночки сидить іграшка Вовчик)*

***Вихователь:*** - Хто це друзі там танцює.

Він малята нас не чує

Це не реп й не гопачок

І не вальс й не козачок.

***Вовк:***- Я Вовчисько - сіроманець

І танцюю я не танець

А від болю я стрибаю

Порятуйте, вас благаю

Шоколадки наминав

Чупа – Чупси смакував

Зуб болить, щока ця клята!

***Вихователь:*** - Порятуємо, малята!

* Дозволь нам подивитись.***(****Вихователь розв’язує пов’язку, звідти випадає паличка від Чупа-Чупса, скорлупка від насіння).*
* Все ясно в тебе карієс. Я бачу лушпайки від насіння, паличку від чупа-чупса. Ти мабуть лускав насіння, розкушував чупа-чупса? А зуби ти чистив?
* Діти, а у вас болять зубки? (Ні)
* А в діток ніколи зубки не болять, бо вони їх чистять. А допомагає їм така чарівна паличка (зубна щіточка).
* У всіх зубів є друзі і вороги. Друзі – це фрукти й овочі, сир, кефір, сметана, молоко.(*Діти розглядають картинки і показують їх вовчику).*
* Подивіться на картинки, що ви бачите? (*Овочі, фрукти, сир, молоко)*
* А тепер подивіться на ці картинки. Що ми бачимо на них? *(морозиво, цукерки, варення, тістечко)* – Ви любите їх їсти? Але це вороги для наших зубів. Вони роблять зуби хворими.
* Ви хочете, щоб боліли зубки? Якщо ж ні то потрібно їсти менше солодощів. Тверді предмети розкушувати зубами забороняється, бо можна сильно пошкодити їх.

***Вихователь: -*** Вовчик, ти зрозумів чому в тебе боліли зубки?

***Вовчик: -*** Дякую, вам, малята, за поради які ви мені дали. Я тепер буду чистити зуби і їсти лише корисну їжу для зубів. Не буду гризти тверді предмети зубами.

***Вихователь:*** - Допобачення, Вовчику, а нам слід далі рушати в подорож. *(Діти йдуть далі по доріжці).*

* Ой – ой-ой!

***Вихователь: -*** Хто в берлозі причаївся!?

***Ведмідь: -*** Це Ведмідь, медку наївся.

***Вихователь: -*** Що з тобою Волохатий?

***Ведмідь: -*** Захворів, любі малята,

До зими я готувався

Підвечеряти пішов

Й бочку меду я знайшов

Раз – за – разом, по – маленьку

Виїв весь – смачненький.

То ж прошу вас полікуйте

Мій животик полікуйте.

Та ще й руки я не мив

Ось тому і захворів.

***Вихователь: -*** Діти, від чого в Ведмедика болить животик? (*Діти міркують, дають відповіді, а вихователь звертає увагу і на зовнішній вигляд ведмедика:брудні лапи і лице).*

* Діти що ми порадимо Ведмедику?
* Що потрібно робити, щоб не хворіти?
* Діти, а чому погано, коли брудні руки?
* Для чого потрібно дотримуватись чистоти? Коли потрібно мити руки?
* Давайте покажемо Ведмедику друзів чистоти, розповімо про них.

**Дидактична гра «Чарівний мішечок»**

*(Діти по черзі на дотик відгадують предмети особистої гігієни називають їх, розповідають для чого вони потрібні.*

***Вихователь: -*** Чистота – це запорука здоров’я. Якщо будете дотримуватись чистоти рук і тіла то ніякі мікроби не будуть страшні вашому здоров’ю. Зрозумів, Ведмедику!

Один, два, три, чотири, п’ять

Дітки, станьте дружно в ряд

Час з звірятами прощатись

У садочок повертатись

Крок за кроком, всі хутенько

Повертаємось швиденько.

1. **Підсумок заняття**

* Діти, вам сподобалась наша подорож? Давайте пригадаємо де ми були? Яким звірятам допомогли?

Тож мають знати всі малята

І у лісі всі звірята

Щоб здоровими зростати

Про здоров’я треба дбати

То ж звикаймо до порядку

Вранці зробимо зарядку

За зубами доглядаєм

Їжу корисну вживаєм

Ніжки у теплі тримаєм

Тож здоровими зростаєм

І здоров’я всім бажаєм!

***Вихователь:*** Молодці! Бережіть своє здоров’я!