**Конспект по формированию знаний о здоровом образе жизни в средней группе.**

**Тема: «Лукошко здоровья»**

**Задачи:**

***Обучающие:***

Формировать знания о здоровом образе жизни продолжать формировать культурно гигиенические навыки закреплять представления детей о разных видах спорта, о важности занятий спортом.

***Развивающие:***

Развивать мышление, память, внимание.

***Воспитательные:***

Воспитывать бережное отношение к своему организму, знать элементарные правила пользования личными предметами гигиены. Воспитывать умение внимательно выслушивать педагога и товарищей, отвечать на вопросы.

***Материал и оборудование:***

Корзина-лукошко, предметы гигиены, картинки для игры Режим дня, полезные и вредные продукты яблоко, сок, чипсы, сухарики и т. д.

***Словарная работа:*** корзина - лукошко, полноценное питание, витамины.

***Предварительная работа:*** дидактические игры: «Овощи и фрукты», «Режим дня»; беседа «Что и зачем мы едим?»; закаливающие мероприятия.

**ХОД:**

*Воспитатель –*

- Ребята, ваш друг Матвей заболел и не может ходить в детский сад. Скажите, если человек болеет, что он ещё не может делать?

- Играть, гулять, ходить в гости.

- Матвей попросил узнать у вас, что надо делать, чтобы быть ЗДОРОВЫМ?

- Давайте подарим ему «ЛУКОШКО ЗДОРОВЬЯ», а в него положим наши маленькие советы, которые помогут Матвею выздороветь.

* Первый наш совет - надо заниматься ***СПОРТОМ***! Ребята, скажите, а зачем? Как мы с вами занимаемся?

- Делаем зарядку, занимаемся физкультурой, играем в подвижные и спортивные игры.

- Раз вы ребята так дружны со спортом, я вам сейчас покажу картинки спортсменов. Посмотрите и скажите, как называются и каких предметов не хватает? (велосипедист-велосипед, футболист – мяч, и т. д) презентация на экране.

- Давайте мы с вами проведём весёлую разминку « Любим спортом заниматься!»

- Положим эти картинки в лукошко для Матвея.

* Второй наш совет будет ***ЗДОРОВОЕ И ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ***. Ребята, а зачем полноценно и правильно питаться?

Игра «Полезные и вредные продукты». На подносе лежат разнообразные продукты. Дети отбирают продукты, которые считают полезными и откладывают в лукошко для Матвея.

* Третий наш совет соблюдать правила ***ГИГИЕНЫ***. Положим в лукошко мыло, носовой платок, зубную щётку. У каждого должны быть личные предметы.

- Для чего нужно соблюдать РЕЖИМ ДНЯ? Мы в детском саду и дома живём по режиму. Давайте поиграем в игру «Когда это бывает?» Посмотрите на свои картинки и определите, что делает человечек и в какое время суток это может происходить. Вот поэтому, ребята, нужно вовремя ложиться спать, завтракать и обедать, просыпаться. Эту игру мы тоже передадим Матвею.

* Следующий наш совет, нужно ***ЗАКАЛЯТЬСЯ*** и всегда ходить на ***ПРОГУЛКУ***.

- Для чего нам нужна прогулка? (играть, дышать свежим воздухом, двигаться). Вспомните игру «Где мы были - мы не скажем, а что делали - покажем». Мы с вами так громко играли, думаю и Матвей наш услышал.

- А ещё ребята, обязательно надо обращаться к докторам и следить за своим здоровьем.

- А наше « ЛУКОШКО ЗДОРОВЬЯ» с вашими советами мы передадим Матвею. Ребята, как вы думаете, наши советы помогут Матвею выздороветь?

- Ждём его в детском саду.