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

**Тема: «Лукошко здоровья»**

**Воспитатель: Кобылкина Елена Алексеевна.**

**Задачи:**

***Обучающие:***

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