

Организованная образовательная деятельность детей младшего возраста по формированию у детей представлений о себе, о своём организме, о здоровом образе жизни

Тема: «Я - ребёнок. Какой я?»

Дмитриева Марина Александровна,
воспитатель МБДОУ - детский сад № 496

Программное содержание: Воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни, бережному отношению к своему здоровью, к организму; расширять знания о себе, как о человеке; закреплять умения заботиться о своём здоровье.

Ход:

Воспитатель: Ребята, посмотрите, к нам гости пришли.

Давайте поздороваемся с ними.

Дети здороваются. Раздается стук.

В-ль: Ещё кто-то к нам идёт. (Появляются зайчата).

Зайка: здравствуйте, ребята! Я - маленькая зайчиха, меня зовут Зоя.

Заяц: А её старший брат, зайчонок Петя. Давайте знакомиться.
(воспитателю) А тебя как зовут?

В-ль: Петя, а тебя мама не учила, что взрослым не говорят «ты», «тебе».

З.Петя: ой, я совсем забыл про это.

В-ль: Дети, расскажите Пете, как надо обращаться к взрослым людям.

Дети: К взрослым надо обращаться на «Вы».

Петя: Извините, пожалуйста, мне не хотелось показаться не вежливым. Как Вас зовут?

В-ль: Меня зовут Татьяна Леонидовна. Я - воспитатель этих замечательных детей.

Зоя: И правда, какие у вас замечательные ребятки. Одни с косичками и бантиками, в платьицах и юбочках; другие с короткими причёсками и в шортиках.

В-ль: Да, это у нас девочки и мальчики.

Петя: Вот, здорово, я тоже мальчик- зайчик.

Зоя: А я - девочка-зайчиха Зоя. А чем ваши девочки отличаются от мальчиков?

Петя: Ты, что, Зоя, совсем маленькая что ли, ничего не знаешь.

Зоя: Я забыла.

В-ль: Ребятки, давайте напомним Зое, чем отличаются девочки от мальчиков.

Дети: Одеждой, причёской, голосом, играми, тем, кем вырастут.

Петя: Ну, что, Зоя, теперь запомнила?

Зоя: Запомнила, теперь уже никогда не забуду.

В-ль: Зайчата, ребята, предлагаю поиграть в интересную игру:

сначала мы будем танцевать под веселую музыку. Как только музыка затихнет, девочки соберутся около Зои, а мальчики возле Пети.

Игра «Мальчики и девочки»

Петя: Какая интересная игра! Какие веселые и шустрые у вас дети.

Зоя: Какие у них быстрые лапы.

В-ль: Зоя, у нас не лапы. Это у вас с Петей лапы.

Зоя: А вас что?

Дети: У нас руки и ноги.

Зоя: Как интересно!

В-ль: Вы- зверята, а мы- люди. Многие части нашего тела называются по-другому, не так как у вас.

Петя: Ой, а что, может, у вас и голова не голова?

В-ль: Нет, голова у нас называется также, как и у вас.

Петя: Что-то вы меня совсем запутали.

В-ль: Ничего, сейчас мы тебе всё объясним. У меня есть голова, а у вас?

Зоя: А можно мне спросить? Мне интересно, зачем нужна голова? (ответы детей)

В-ль: Давайте нежно погладим себя по головке, а теперь своего соседа. Что у нас на голове растёт?

Дети: Волосы.

Петя: А у нас нет волос, у нас только шерсть, она нам нужна, чтобы не замерзнуть, когда холодно. А вы, что делаете, когда холодно?

Дети: Одеваемся.

В-ль: Дети, а как вы думаете, нам волосы зачем?

(ответы детей)

В-ль: Как хорошо, что у нас есть волосы! Будем их беречь?

Дети: Да!

В-ль: А как?

Ответы детей (мыть, причесывать, подстригать, не дергать, не грызть)

Петя: А у меня на голове есть уши. Вот какие длинные! А у вас!

(ответы детей)

В-ль: Дети, а зачем нам ушки?

Ребенок: У людей и у зверюшек

Есть по паре чутких ушек,

Ушки звуки различают,

Они слышать помогают.

В-ль: Сейчас, мы проверим, как ваши ушки умеют слышать

Игра «Угадай, что звучит»

В-ль: Дети, ушки надо беречь?

Дети: Да!

В-ль: А как?

(носить шапку в холодную погоду, не ковырять в ухе, не прятать всякую мелочь)

В-ль: Давайте погладим свои ушки, чтобы они хорошо слышали.

В-ль: У меня есть глаза. А у вас?

Дети: Тоже есть.

В-ль: Аккуратно закройте глаза ладошками, то вы сейчас видите? Почему? (ответы детей)

Зачем нам нужны глаза? (ответы детей)

Надо ли беречь глаза? Как? (ответы детей)

Петя: Я тоже знаю, как беречь глаза:

Глаз поранить очень просто-

Не играй с предметом острым!

Глаза не три, не засоряй,

Лежа книгу не читай!

На яркий свет смотреть нельзя-

Тоже портятся глаза.

Телевизор в доме есть,

Но, пожалуйста, не лезь

К самому экрану,

И смотри не все подряд,

А передачи для ребят.

В-ль: Зайчики, мы с детьми в детском саду, чтобы наши глазки не болели делаем гимнастику для глаз, давайте зайчат научим

Гимнастика для глаз

Зоя: Вот здорово! Мы теперь с Петей всегда эту гимнастику делать будем.

Петя: А ещё, знаете, что надо делать, мне мама говорила, чтобы зрение всегда хорошим было.

Помни истину простую:

Лучше, дальше видит тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

Вот мы с Зоей очень морковку любим, а вы?

В-ль: У меня есть нос? А у вас?

Дети: Есть

В-ль: Дотроньтесь пальчиком до своего носа. Что наш нос умеет делать?

(Дышать, нюхать)

В-ль: Нос - важная часть нашего лица. Носом мы дышим, нос помогает нам различать и чувствовать разные запахи.

Давайте поиграем в игру

Игра «Угадай по запаху»

(апельсин, чеснок, кофе, огурец и т.д.)

В-ль: Вот видите, как здорово только по запаху можем догадаться, что перед нами. Дети, а как вы думаете нос нужно беречь?

Дети: Да.

В-ль: А как?

(не простывать, не затыкать всякую мелочь, вовремя пользоваться носовым платком)

В-ль: У меня есть рот, а у вас?

Дети: Тоже есть.

В-ль: А зачем нам рот?

(кушать, говорить)

В-ль: А что у нас есть во рту?

(зубы, язык)

В-ль: Нужно ли нам беречь свой рот? Как?

(чистить зубы, полоскать, не брать в рот ничего грязного, опасного и т.д.)

А ещё, чтобы хорошо говорить нужно делать для языка специальную гимнастику. Давайте научим зайчат этой гимнастике.

Артикуляционная гимнастика

Язык в ротике живет

Никогда не устает,

Язычок гулять выходит,

Домик он кругом обходит

Кто же тут, кто же там?

Он глядит по сторонам

Смотрит, как расческа - зубы

Нам причёсывает губы

Видит губки очень гибки,

Ловко тянутся в улыбке,

А теперь, наоборот, губки тянутся вперед

В-ль: Мы с вами вспомнили и поговорили о том, что у нас есть на голове. А ещё какие части тела у нас есть?

(Спина, шея, живот, руки, ноги)

Давайте, чтобы не болеть, сделаем массаж разных частей тела

Массаж биологически активных точек «Солнышко»

Солнце утром рано встало (поднять руки)

Всех детишек приласкало (фонарики)

Гладит грудку (гладить грудь снизу-вверх)

Гладит шейку (гладить шею большими пальцами сверху - вниз)

Гладит носик (кулачками крылья носа)
Гладит лоб (пальцами от середины к вискам)
Гладит ушки (растирать ладонями уши)

Гладит ручки (растирать ладони)
Загорают дети. Вот! (поднять руки вверх)

Зоя: Петя, ты видел, как здорово дети делают массаж, давай мы тоже будем его делать, чтобы не болеть.

Петя: Вы говорили, что у людей не лапы, а ноги и руки. Нам лапы нужны, чтобы от волка и лисы убежать, а вам руки и ноги для чего нужны?

В-ль: И про это мы тебе сейчас расскажем.

1 Ребёнок:

Ручки могут всё достать,
Можно в ручках подержать,
И игрушку, и травинку,
И тяжелый стул за спинку,
Можно ручками махать, Можно в кубики играть,
Рисовать, копать песочек, Хлеба отломить
кусочек. Можно маму обнимать
И, конечно, помогать.

2 Ребенок:

Для чего всем людям ножки?
Чтобы бегать по дорожке,
Чтобы в парке погулять,
Через прыгалку скакать
На коньках по льду скользить,
За покупками ходить.

В-ль: А сейчас поиграем

Игра- танец «Зайка серенький»

В-ль: Давайте вспомним, о чем мы сегодня говорили

- Чем мы видим?
- Глазами.
- Чем мы слышим?
- Ушами.
- Чем мы чувствуем запахи?
- Носом.
- Чем мы говорим и едим?
- Ртом.
- А что мы ещё умеем делать?
- Бегать, прыгать, есть, танцевать, рисовать и т.д.

В-ль: Как много мы всего умеем. А смеяться и улыбаться мы умеем? А когда мы смеёмся?

Дети: Когда нам весело и радостно.

В-ль: Как мы улыбаемся и смеёмся?(Показывают) А плакать мы умеем? Мы плачем, когда нам грустно или больно.

Воспитатель показывает кубики

- Что это?

- Кубики.

- Они умеют говорить?

- Нет.

- А смеяться, плакать?

- Нет.

- Они могут вырасти?

- Нет.

- Им бывает больно?

- Нет.

В-ль: Почему мы умеем смеяться, плакать, говорить, а кубики не умеют?

Дети: Потому, что мы люди-живые, а кубики - неживые.

Зоя: Как у вас тут интересно, можно мы у вас до вечера останемся, а вечером нас мама заберет

В-ль: Конечно, оставайтесь

Петя: А у нас и гостинцы для вас в корзиночке лежат (фрукты)

В-ль: Спасибо, зайчата

Петя: Фрукты очень полезны детям для здоровья. А знаете, почему?

Дети: В них много витаминов.

Петя: Какие молодцы, всё знают. Ну, тогда угощайтесь. Не забудьте помыть руки и фрукты.

До свидания.