

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

Государственное казённое учреждение социального обслуживания Краснодарского края  
«Абинский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»

## КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «ДЕРЕВО ЗДОРОВЬЯ»



Составитель: воспитатель приемного отделения  
с карантинным блоком  
Бирюкова Т.А.

ст-ца Холмская  
2024 год

**Цель:** формировать знания о составляющих здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах, о разных видах спорта, спортивном инвентаре, о предметах личной гигиены, о важности соблюдения режима дня.
2. Формировать представление детей о здоровом образе жизни.
3. Воспитывать бережное отношение к своему организму. Воспитывать дружеские взаимоотношения в коллективе.

**Материалы и оборудование:** мультимедийное оборудование, презентация «Спортивный инвентарь», картина с изображением дерева, 5 карточек советов в виде листьев (питание, гигиена, спорт, режим дня, прогулка);

корзина с полезными и вредными продуктами (яблоко, апельсин, сок, чипсы, сухарики т. д.); наглядный материал «Режим дня», предметы гигиены.

**Ход занятия:**

### **1. Вводная часть**

– Ребята, вчера вечером я встретила своего соседа, мальчика Юру. Ему было грустно. Я спросила его, почему он грустный? И Юра рассказал, что болеет и не может ходить в детский сад.

– Ребята скажите, а когда человек болеет, что еще он не может делать? Ответы детей. (Играть, гулять, ходить в гости).

– Юра попросил меня узнать у вас, что надо делать, чтобы быть здоровым. Поможем ему?

– Есть такая пословица «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

– Я подумала и решила, давайте подарим, Юре «Дерево Здоровья». Вот эти красивые листья будут нашими советами.

### **2. Основная часть**

1. Первый наш совет будет называться «Правильное и здоровое питание».

– Ребята, а зачем нужно правильно и полноценно питаться? Ответы детей.

– Апельсины очень полезны, в них много витамина С? Давайте посоветуем Юре питаться только одними апельсинами. Как вы думаете это хороший совет? Ответы детей.

– Есть даже поговорка «Кто правильно питается, тот с болезнями не знается».

– Давайте поиграем.

**Игра «Полезные и вредные продукты»**

В корзине лежат разнообразные продукты. Ребенок берет продукт, называет его и делает выбор – полезный это или вредный продукт для здоровья, выкладывая на разные подносы. Воспитатель уточняет у детей правильность выбора.

– Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна витаминная еда.

2. Перед тем чтобы поместить следующий совет на дерево здоровья, я вам предлагаю рассмотреть иллюстрацию, на которой спрятались предметы гигиены. Возьмите иллюстрацию в кармашке сзади стульчика. Рассмотрите ее внимательно, сейчас я загадаю вам загадки о предметах личной гигиены, а вы отгадайте и найдите ответ.

### **Загадки**

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (Мыло)

2. Целых двадцать пять зубков для вихров и хохолков. (Расческа)

3. Вытирало я, старалось после бани паренька. Все помялось, все промокло, нет сухого уголка. (Полотенце)

4. Хвостик из кости, а на спинке - щетинки. (Зубная щетка)

5. Резинка Акулинка пошла гулять по спинке. Собирается она вымыть спинку докрасна. (Мочалка)

– Какими предметами гигиены нельзя делиться с товарищем, они должны быть индивидуальными?

Прикрепляем совет «Соблюдай правила гигиены».

3. Третий совет «Занимайся спортом».

– Ребята, скажите, а зачем нужно заниматься спортом?

– А как мы занимаемся спортом?

Ответы детей. (Делаем зарядку, занимаемся физкультурой, играем в подвижные и спортивные игры, играем в хоккей, катаемся на коньках, на велосипеде).

### **Физминутка**

– Ребята, а у нас с вами есть веселая разминка «Все движения разминки повторяем без запинки!»

Что понравилось, дружок?

Продолжаем занятие!

– Раз вы ребята так дружны со спортом, я вам сейчас покажу картинки с изображением спортивного инвентаря. Посмотрите и скажите, как он называется, и каким спортсменам принадлежит?

### **Демонстрация презентации**

Четвертый совет «Соблюдай режим дня».

– Мы все живем по режиму дня. Здесь на столике лежат картинки с изображением детей в разное время дня. Давайте поместим картинки на мольберте по порядку и составим правильный режим дня.

### **Игра «День, ночь»**

Когда я буду говорить день, вы должны встать и помахать руками. Когда говорю ночь, вы присаживаетесь и кладете обе ладошки под голову имитируя сон.

Ребята, а для чего нам нужна прогулка?

Ответы детей. (Дышать свежим воздухом, двигаться, играть).

Ребята, давайте поиграем в игру «Карусели».

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели.

А потом, потом, потом всё бегом, бегом, бегом.

Тише, тише, не спешите, карусель остановите.

Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра.

– Прикрепляем последний совет – «Не забывай гулять», и у нас получилось «Дерево здоровья».

### **3.Заключительная часть**

Ребята, как вы думаете, наши советы помогут сохранить здоровье?

– Дерево здоровья с нашими советами готово и сегодня мы можем подарить его Юре.

#### **Вопросы:**

– Ребята, вам понравилось занятие?

– О чем мы сегодня говорили на занятии?

– Что нового вы сегодня узнали?

**Оценка занятия детьми.**