**Конспект НОД по валеологии в группе детей раннего возраста**

*«В****гостях у мишки****»*

Цель: Формировать представление о здоровье, мотивацию к здоровому образу жизни, развивать диалогическую форму речи и двигательную активность.

Задачи: Воспитывать бережное отношение к своему здоровью; закреплять положительные привычки (мыть руки и фрукты, закреплять полученные знания о значении витаминов; совершенствовать физические умения, координацию движений.

Оборудование: Мольберт, ватман, желтая краска для рисования, игрушка- медведь, баночка из-под витаминов, свежие яблоки.

Ход:

*(На полу у входа в зал лежат следы.)*

Воспитатель:

Ребята, интересно, чьи это следы, кто их оставил?

Хотите посмотреть, куда они нас приведут?

Пойдем?

*(Дети по следам проходят в зал)*

Воспитатель:

Ой, ребята, смотрите, сколько сегодня у нас **гостей**, давайте поздороваемся.

Дети, я, кажется, знаю, чьи это были следы!

Это Мишутка оставил свои следы.

Хотите вы в лес пойти и Мишутку там найти? *(Да.)*

Заставка слайд №1

Отправляемся вперед. *(Шагаем)*

Много нас открытий ждет.

Мы шагаем друг за другом

Лесом и зеленым лугом. *(Картинки леса, луга на экране)* Слайд №2

*(Картинка высокая трава)* Слайд №3

В лесу - высокая трава, *(Шагаем с высокоподнятыми ногами)*

Ноги выше поднимаю я

На носочках мы пойдем *(Шагаем на носочках)* Слайд №4

на тот берег попадем.

Болото у нас впереди *(Картинка Болото)* Слайд №5

По нему нам надо пройти

Мы по кочкам: прыг, прыг, прыг *(Прыгаем)*

Перейдем преграду вмиг

На поляну попадем *(Лесная полянка)* Слайд №6

И Мишутку здесь найдем!

Воспитатель:

Вот мы и попали на лесную полянку, в **гости к Мишутке**.

Давайте присядем на лесной опушке и поздороваемся с **Мишкой**.

Здравствуй Мишутка!

Мишутка, а почему ты такой грустный?

**Мишка***(грустно)*.

Здравствуйте, ребята! Шел я как-то по лесу, малину собирал и ел, а потом лапы облизал и у меня живот заболел. Теперь я не знаю, что мне делать?

Воспитатель: **Мишка мы тебе поможем**.

Ребята, что **мишка делал неправильно**? *(грязные лапы облизывал)*

Воспитатель: Мы тебе покажем и расскажем, что нужно делать, что бы быть здоровым.

Воспитатель:

Все знают, здоровье - это розовые щечки, это, когда мы сильные, ловкие и что бы не болеть, надо малышам пить молоко *(СЛАЙДЫ)* кушать овощи и фрукты, где содержится много витаминов.

*(Показ картинок о здоровье)* Слайд №7-22

1. Помни истину простую -

Лучше видит только тот.

Кто жует морковь сырую

Или пьёт морковный сок.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам-

И не только по утрам.

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну, а лучше есть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Но даже полезные продукты могут нанести вред, если как Мишутка не мыть руки, не мыть продукты.

Здоровье это не только полезное питание, но и соблюдение режима.

2. Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться —

На зарядку становиться!

3. Рано солнышко встает,

На зарядку всех зовет.

Каждый день, что мы встречаем,

Мы с зарядки начинаем

4. Ай, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся,

Маме улыбаемся

5. У меня зубная щетка

Она чистит зубы четко,

Раз за разом веселей

Мои зубы все белей.

6. Эх, водичка хороша,

Хороша водичка!

Накупайте малыша,

Чтоб сияло личико!

7. По утрам ты закаляйся,

Водой холодной обливайся.

Будешь ты всегда здоров.

Тут не нужно лишних слов.

8. Солнце, воздух и вода —

Наши лучшие друзья.

С ними будем мы дружить,

Чтоб здоровыми нам быть.

Вот Мишутка, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Давайте и нашему Мишутке подарим баночку витаминов, что бы он больше не грустил и был сильным, ловким и не болел.

*(Дарят Мишутке витамины)*.

А еще, чтобы быть здоровым нужно делать зарядку и массаж.

Покажем **Мишке**, как мы делаем массаж.

Самомассаж *«Солнышко»* *(картинка солнышко)* Слайд №23

Солнышко проснулось *(потянулись)*

Лобика коснулось

Лучиками провело и погладило *(проводят ладонями по лбу)*

Солнышко проснулось *(потянулись)*

Щечек коснулось

Лучиками провело и погладило *(по щекам)*

Солнце личико согрело

Потеплело, потеплело

Наши ручки потянулись, *(потянулись)*

Наши губки улыбнулись! *(улыбаемся)*

Воспитатель:

Ой, а во время массажа медвежонок потерял баночку с витаминами.

Давайте ему подарим новую?

Коллективное рисование *«Баночка с витаминами»* Слайд №24

Давайте рассмотрим картинку, витаминки напоминают кружочки, они одного размера и цвета (желтого, мы попробуем напечатать ровные и одинаковые кружочки при помощи своих пальчиков.

Для этого нужно кончик пальчика окунуть в желтую краску, а затем примакнуть его к поверхности листа, внутрь нашей баночки, отпечатки следует наносить рядышком, что бы у нас получилось много витаминок.

Нужно аккуратно наносить краску, и своевременно вытирать пальчики влажной салфеткой.

Воспитатель: Какие вы молодцы! Теперь Мишутка никогда не будет болеть!

Спасибо, ребята! А Мишутка нам тоже сделал подарок. В лесу он насобирал полную корзину яблок и угощает вас.

*(Воспитатель приносит корзину с яблоками.)*

Воспитатель: Только прежде чем мы эти яблочки съедим, что нужно нам сделать? *(помыть руки)*.

Правильно, вымыть руки. Мы были в лесу и наши ручки испачкались, и яблочки Мишутка собирал в лесу, мы их тоже помоем.

Только мы это сделаем в **группе**.

Скажите **гостям до свидания**! И будьте здоровы! Слайд №25

Дети прощаются и уходят.