Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №26 г. Павлово

**Конспект ОД**

**в средней группе на тему:**

**«Малыши против простуды и гриппа»**

Воспитатель:

высшей квалификационной категории

Воробьева Светлана Георгиевна

2024г.

**Цель:** формирование полезных привычек, положительного отношения и интереса к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

*Образовательные*

-Закреплять понятия «здоровье», «болезнь»

-Закреплять представления о ЗОЖ

*Развивающие*

-Развивать умение правильно называть полезные и вредные для здоровья продукты, классифицировать их

-Развивать представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, закаливания.

-Развивать умение действовать в паре

-Развивать логическое мышление при отгадывании загадок

*Воспитательные*

-Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении овощей и фруктов, других полезных продуктов

-Воспитывать бережное отношение к своему здоровью

**Средства:** телевизор, флешка с презентацией «Малыши против простуды и гриппа», игрушка «Буратино», картинки полезных и вредных продуктов, 2 тарелочки, медальки «Цитовирки»

**Ход:**

Станем рядышком, по кругу,  
Скажем  "Здравствуйте!" друг другу.  
Нам здороваться не лень:  
Всем "Привет!" и "Добрый день!";  
Если каждый улыбнётся –  
Утро доброе начнётся.!

**Воспитатель: -**Ребята, сегодня мне на электронную почту пришло письмо от супер-малышей Вити, Маши и цыпленка «Цитовир»(зачитывает письмо на экране)

Витя, Маша и цыпленок «Цитовир» приглашают вас в путешествие «Королевство здравие». Вы согласны?

**Ответы детей**: да

**Воспитатель:** Внимание на экран (просмотр презентации о гриппе и простуде).

После презентации проводится **физкультминутка**

Буратино потянулся, (руки поднять через стороны вверх, потянуться, поднявшись на носочки)   
Раз - нагнулся,   
Два - нагнулся, (наклоны корпуса вперед)   
Руки в сторону развел, (руки развести в стороны)   
Ключик, видно, не нашел. (повороты вправо и влево)   
Чтобы ключик нам достать,   
Нужно на носочки встать. (руки на поясе, подняться на носочки)

После физкультминутки появляется игрушка Буратино.

**Буратино:-**Ой, я слышу вы про меня говорите. А что вы делаете? Зачем собрались?

**Воспитатель: -**Супер-малыши Витя, Маша и цыпленок «Цитовир» пригласили ребят в путешествие «Королевство здравие». Они рассказали, что такое грипп и что делать, если ты заболел.

**Буратино: -**Ой, как жаль, что я опоздал, ведь я об этом ничего не знаю

**Воспитатель:**-Ребята, расскажем , Буратино, что мы узнали?

**Ответы детей:** да конечно

**Воспитатель:** Ну, Буратино, слушай внимательно и запоминай.

За правильный ответ получите медальки «Цитовирки», которые прислали супер-малыши.

**Воспитатель:**-Что такое грипп?

**Ответы детей**: заболевание

**Воспитатель: -**Почему мы заболеваем?

**Ответы детей**: попадают вирусы и микробы

**Воспитатель: -**Кто является источником вирусов?

**Ответы детей**: больной человек

**Воспитатель:**-Как понять , что ты заболел?

**Ответы детей**: поднимается температура, плохой аппетит, болит голова, горло, болят руки и ноги (появляется боль в мышцах)

**Воспитатель:** Молодцы, ребята!

**Загадывание загадки**

Поднялась температура,  
Голова болит, простыл.  
Позабыта физкультура,  
Я лежу совсем без сил.  
Ломит кости, насморк, кашель.

Врач пришел и говорит:  
Пей микстуры и лекарства  
У тебя, ребенок,...*(грипп)*

**Воспитатель:-**Что делать, если ты заболел?

**Ответы детей:** не ходить в садик (оставаться дома), пить лекарства, проветривать комнату, прикрывать рот и нос при кашле и чихании

**Загадывание загадок**

И что делать укажу:  
Или разрешу гулять,  
Или уложу в кровать. *(градусник)*

Юля маленькая плачет –  
Нос распух, и лоб горячий.  
Мама вяжет ей носочки,  
Утешает нежно дочку:  
- Чтобы сбить температуру,  
Выпей, Юленька ...*(микстуру)*

Как называется, дружок,  
Любой лечебный порошок,  
Спрессованный в лепешку?  
Им лечат даже кошку. *(таблетка)*

**Воспитатель:-**Как можно защитить себя от гриппа?

**Ответы детей**: нужно делать прививку(вакцинироваться)

**Воспитатель:-**Можно ли делать прививку больному человеку?

**Ответы детей**: нет, только когда здоров

**Воспитатель:-**Что нужно делать, чтобы не болеть?

**Ответы детей**: есть много овощей и фруктов, гулять, высыпаться, заниматься спортом, делать зарядку, употреблять полезную пищу, одеваться по погоде

**Загадывание загадок**

Можно радоваться птицам,   
Можно просто веселиться,   
Можно воздухом дышать   
Вместе весело…*(гулять)*

Жёлтый цитрусовый плод   
В странах солнечных растёт.   
Витаминов кладезь он,   
А зовут его. . . *(лимон)*

Очень яркая девица  
Летом прячется в темнице.   
Любят зайчики и детки   
В свежем виде и в котлетках.   
Эта рыжая плутовка   
Называется. . . *(морковка)*

**Воспитатель:-**Ну, Буратино, все понял?

**Буратино**: Теперь я знаю, что такое грипп и что нужно делать, если заболел гриппом

**Воспитатель:-**Ну, это мы сейчас проверим.

**Игра «Полезные и вредные продукты»**

(На столе лежат картинки полезных и вредных продуктов. Дети раскладывают их по тарелочкам)

**Воспитатель:** -Буратино, посмотри, правильно ребята выполнили задание?

**Буратино:** -Молодцы, ребята! Справились с заданием.

**Воспитатель**:- А теперь Королева «Здравушка» приглашает всех в зал исполнить противовирусный танец.

**Противовирусный танец**