**Конспект НОД во 2 младшей группе на тему**

**"Здоровый образ жизни. Путешествие в страну здоровья"**

**Задачи:** Формировать у детей навыки здорового образа жизни и умения заботиться о своем здоровье; приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой; закреплять знания о необходимости быть чистыми, а также о пользе витаминов и их значении для жизни и здоровья человека.

Развивать познавательно - эмоциональный интерес, двигательную активность детей.

Воспитывать желание быть здоровым, интерес к пальчиковой, дыхательной гимнастике, уважительное отношение друг к другу.

**Оборудование:** зубная щетка, расческа, мыло, полотенце, плакаты, картинка с продуктами, муз диск с записью гимнастики.

**Ход образовательной деятельности:**

Воспитатель: Я предлагаю отправиться в путешествие в город здоровья. Хотите? Как вы думаете, что значит быть здоровым? (Быть здоровым это значит быть сильным, не болеть, быть крепким, выносливым, не кашлять, не чихать, закаляться, есть больше овощей и фруктов).

Воспитатель: Итак, на чем поедем? Давайте на автобусе. Вставайте за мной, я буду вашим водителем, повезу вас в город здоровья. Едем под музыку.

*У воспитателя в руках руль, дети друг за другом двигаются по группе.* Подъезжаем к плакату «Спорт» - Вот и первая остановка. Она называется «Спортивная» «Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день… » Дети: Зарядку! - Ребята, а для чего делают зарядку? (Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью). - Утро в этом городе начинается с зарядки! А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте сделаем несколько наших любимых упражнений.

*Включается музыка.* *Дети делают упражнения.*

 - Молодцы, хорошо размялись, хорошо позанимались. Поехали дальше. Дети друг за другом двигаются дальше по группе и останавливаются возле вывески остановка «Чистота» Воспитатель объявляет: остановка «Чистота». Вдруг слышим стук. - Что за шум? Кто, это там? *(Появляется Мойдодыр)* Мойдодыр: Я великий умывальник, знаменитый мойдодыр, умывальников начальник и мочалок командир. Здравствуйте, ребята! Я вижу, что вы пожаловали в наш город Здоровья. На нашей остановке Чистоты – полная чистота и порядок. Вот скажите - вы, сегодня все умывались, чистили зубы? Воспитатель: Уважаемый, Мойдодыр! Наши детки все аккуратные, чистые, все знают о гигиене, о чистоте. Мойдодыр: А вот мы сейчас и проверим. Присаживайтесь, пожалуйста, на стульчики и скажите для чего надо мыть руки, лицо, вообще мыться? Как нужно мыть руки — покажите, (проговаривая потешку «Водичка- водичка») А зубы нужно чистить? Сколько раз? (утром и вечером) А что будет, если мы не будем чистить зубы? Ну, молодцы, все знаете! (дети садятся) А вот я сейчас вам загадаю загадки про предметы, которые помогают нам быть чистыми и опрятными.

Загадки загадывает и показывает отгадки

 Гладко, душисто, моет чисто. (Мыло)

Костяная спинка, Жестяная щетинка, С мятной пастой дружит, нам усердно служит. (Зубная щетка)

Оказались на макушке Два вихра и завитушки. Чтобы сделать нам причёску, Надо что иметь? (Расческа) .

 Вафельное и полосатое, Ворсистое и мохнатое, Всегда под рукою - Что это такое? (полотенце)

Воспитатель: Мойдодыр, а наши ребята знают интересную пальчиковую гимнастику, хочешь посмотреть.

Показ «Две лягушки-хохотушки…» Воспитатель: Ну, Мойдодыр, до свидания, мы поедем дальше. (Мойдодыр уходит)

Ой, ребята, что –то наши колеса в автобусе сдулись. Дыхательная гимнастика «Насосы» Воспитатель: Ну вот, автобус в порядке, пора дальше в путь. (едем) Следующая остановка «Витаминная» Здесь мы видим различные витамины – А, В, С. Все эти витамины живут в домиках. А домиками для них являются разные продукты, которые мы с вами видим и едим. Дети, посмотрите на эту картинку.

- Как вы думаете, что из этих продуктов полезное, а что вредное. (Дети называют продукты полезные и вредные).

 - Итак, дети, вот и проехали мы по городу здоровья, пора нам возвращаться в детский сад. (дети едут на автобусе назад)

-Что же вы запомнили сегодня. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Делать зарядку, быть всегда чистыми, кушать только полезные продукты, богатые витаминами. Давайте дадим маленькие советы нашим гостям. Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

 И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомним, что здоровье в магазине не купить!

Воспитатель: Будьте здоровы!