**Занятие по "Ознакомлению с окружающим миром"**

**Тема: "Будь здоров"**

*Цель:* ***Формирование основ здорового образа жизни у младших дошкольников.***

*Оборудование:* Игрушка поросёнок, корзина для поросёнка, в которой лежат картинки для дидактической игры "Полезное-не полезное"(яблоко, морковь, молоко, чипсы, конфеты, нарисованная тарелка, печати из губки фрукты и овощи для рисования.

**Ход занятия:**

Родитель: (Саша), садитесь поудобнее, руки положи на колени, ноги поставьте ровно. Сегодня мы с тобой поговорим о том, что же нужно делать, чтобы быть **здоровым** и не обращаться за помощью к врачам.

*(Раздаётся шорох за ширмой)*

Родитель: Кажется, к нам кто-то торопится!

Поросёнок: Здравствуй, (Саша)! Ты меня узнал? *(ответ ребенка)*. Меня зовут Фунтик. Я пришёл к вам в гости и очень хочу узнать, чем вы занимаетесь!

Родитель: Здравствуй, Фунтик! У нас, есть режим дня, весь день расписан по минутам. (Саша), а давай расскажем Фунтику. Чем же мы занимаемся весь день? *(ответ ребенка)*

Поросёнок: Молодец! А вот у меня нет режима дня. Я люблю спать до-о-олго! Есть мно-о-го! И оооочень люблю бегать по лужам! Ап-пчхи *(чихает)*.

Родитель: Ты, кажется, Фунтик, простудился! Может в луже вода была холодная?

Поросёнок: Не знаю, я часто болею!

Родитель: Так ты, Фунтик, наверное просто не знаешь, что надо делать, чтобы не заболеть!

Поросёнок: А что надо делать?

Родитель: А мы с (Сашей) тебе расскажем и покажем. (Саша), а что мы с тобой делаем каждое утро, когда встаем с кровати *(зарядку)*.

Научим Фунтика делать зарядку? *(да)* .

**Физминутка**

Мы ногами топ-топ,

Мы руками хлоп-хлоп!

Мы глазами миг-миг,

Мы плечами чик-чик!

Раз-сюда (поворот туловища вправо,

Два-сюда (влево,

Повернись **вокруг себя**!

Раз -присели,

Два -привстали!

А теперь попрыгаем, ножками подрыгаем! Раз, два,

Раз, два! Вот и кончилась игра!

Поросёнок: Как весело! Мне понравилось! А мне это точно поможет быть **здоровым**?

Родитель: Конечно, но ещё также необходимо кушать полезные продукты.

Поросёнок: какие?

Родитель: Например *(показывает на мольберт с тематическими картинками)*

Овощи и фрукты,

Рыбу, молочные продукты

Вот полезная еда-

Витаминами полна!

Поросёнок: А как я узнаю, какая еда полезная, а какая - нет? У меня в корзине чего только нет!

Родитель:: А мы с (Сашей) тебе и здесь поможем! (Саша),мы с тобой сейчас всю еду разложим в 2 корзинки: полезную-в зелёную, а вредную, от которой может заболеть живот и даже зубы-в красную. Красный цвет-опасность (ребенок подходит к корзине, берет продукт, называет его и кладет в нужную корзинку). Дидактическая игра "полезное-неполезное"

Поросёнок: Спасибо, вам, теперь я точно буду знать, чем надо питаться!

Родитель: Фунтик, но это не всё. Овощи и фрукты надо обязательно мыть водой! А ещё мы перед едой всегда моем руки с мылом! (Саша), давай с вами покажем Фунтику, как мы моем руки.

*(Пальчиковая гимнастика)*

Руки моем не спешим

И ребяток не смешим *(трём ладошки друг о друга)*

А душистым скользким мылом

Ручки долго-долго мылим*( "намыливаем")*

Пену нежную взбиваем,

Ею ручки покрываем *(поглаживание кистей рук)*

Моем чисто щёчки, носик

Глазки, лобик, подбородок.

Нежно щёчки вытираем полотенцем мягким,

Вытираем каждый пальчик, чтоб сухим стал гладким!

Нет ни капли на ладошках

У Наташки и Серёжки!

Поросёнок: Я обязательно научусь!

Родитель: Конечно, ведь это совсем нетрудно!

Поросёнок: Я понял, надо мыть руки и есть много фруктов! Только, где я возьму столько фруктов, ведь мне хочется, чтобы и мои друзья не болели!

Родитель: А мы сейчас с (Сашей) подарим тебе много фруктов

и овощей на всех хватит!

Рисование "Тарелка с фруктами"

*(заранее приготовленная на столе бумажная тарелочка)*.

Родитель: (Саша) посмотрите, что лежит на тарелочке.

Отв. ребенка: *«Овощи и фрукты»*.

Родитель: Посмотрите, овощи и фрукты разной формы и разного цвета. А теперь, берем порол. губку

макаем в краску и прикладываем губку на тарелочку *(делаем оттиски)*.

Ребенок встает со стульчика и подходит к столу *(работа выполняется стоя)*.

Итог:

Родитель: (Саша), Фунтик тебе хочет что-то сказать!

Поросёнок: Спасибо (Саша) за подарок! Я узнал сегодня много нового и полезного для себя! И хочу тебя угостить яблоками, чтобы ты никогда не болел и всегда был з**доровым**!

Родитель: Давай скажем Фунтику "спасибо! " и -"до свидания".