Конспект познавательно-исследовательской деятельности «Вредные привычки»

**Конспект познавательно-исследовательской деятельности в подготовительной группе**

**Цель:**

Расширить знания детей о полезных и вредных привычках.

**Задачи:**

- продолжать формировать представление о том, что такое привычка;

- подвести к понятию: хорошие и плохие привычки;

- развивать интерес и желание формировать у себя хорошие привычки;

-воспитывать отрицательное отношение к вредным привычкам, желание вести здоровый образ жизни.

- способствовать формированию у детей познавательного интереса;

-упражнять детей в выполнении упражнений в соответствии с текстом.

**Материал и оборудование:**

Кукла Невределкин, будильник, дидактическая игра хорошо-плохо, раскраска куклы Невределкин.

**Предварительная работа:**

-беседы о привычках, о важности ведения здорового образа жизни;

-просмотр картинок с изображением вредных и хороших привычек;

-дидактические игры про здоровье.

**Конспект НОД**

|  |  |
| --- | --- |
| Деятельность воспитателя | Деятельность детей |
| **Этап 1. Вводная часть** | |
| **1.1. Приветствие. «Дружные ребята»** | |
| **Цель:** создание атмосферы психологической безопасности: эмоциональная поддержка ребенка, установление зрительного, слухового контакта. | **Цель:** включение в образовательную деятельность. Участие в игре. |
| Звенит будильник.    -Ребята слышите. Это звенит будильник! Вставайте дружно в круг.    Мы все дружные ребята,  Мы ребята – дошколята.  Никого в беде не бросим,  Не отнимем, а попросим.  Никого не обижаем.  Как заботиться – мы знаем.  Пусть всем будет хорошо  Будет радостно, светло! | Дети берутся за руки и делают большой круг.    Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо постоять, пытаясь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком. |
| **1.2. Актуализация знаний. Друзья здоровья.** | |
| Цель: вспоминаем предшествующих друзей здоровья и чему они учили. | Цель: правильно назвать части суток. |
| А вы заметили, опять на разминку нас пригласил будильник. А это значит, что к нам в гости придет один из друзей здоровья и расскажет нам что-нибудь новое и интересное для сохранения нашего здоровья.  -Ребята а вы помните кто из друзей здоровья приходил к нам?  -А чему нас научил Распоряделкин?    -Ребята вы соблюдаете свой режим дня?    -А Закалялкин чему интересному вас научил?  -Скажите мне, а как можно закаляться?          Поднимите руки кто закаляется дома? | -Распоряделкин, Закалялкин.  -Очень важно соблюдать режим дня.  -Да, соблюдаем.  -Что бы быть здоровым, нужно закаляться.  -Принимать солнечные ванны, ходить пешком на свежем воздухе, принимать контрасный душ. |
| **1.3. Мотивация. Целеполагание. Телеграмма.** |  |
| **Цель:** создание игровой мотивации; формирование представлений о предстоящей деятельности, вовлечение детей в решение поставленных задач. | **Цель:** включиться в игровую ситуацию, приготовиться к выполнению заданий. |
| **Воспитатель:**  Вот скажите мне, вот вы сегодня проснулись, потянулись, улыбнулись. А что еще с утра вы делали?    А вы сами это делали или мама вам напомнила?  Когда вы что то, делаете сами без напоминаний и принуждения значит это вошло у вас в привычку.  Как думаете, что такое привычка?  Привычка, это то, что мы привыкли выполнять каждый день или часто. Мы даже не думаем нужно это или нет. Мы привыкли чистить зубы по утрам, умываться.  А как думаете какие еще у нас есть привычки?  Привычек много, но все они делаться на хорошие и вредные.  И сегодня давайте разберемся какие наши привычки хорошие, а какие вредные и от их надо избавляться. | -Умывались, чистили зубы, делали зарядку, одевались, причесывались.  -Сами.          -Предположения детей.            -Предположения детей. |
| **Этап 2. Основная часть НОД** | |
| **2.1. Кукла Невределкин.** | |
| **Цель:** развивать умение детей устанавливать причинно-следственные связи. | **Цель:** выполнить задание. |
| А поможет нам в этом Невределкин.  -Здравствуй Невределкин.  (Включаю куклу Невределкин).  “Чтоб здоровье защитить, вредные привычки надо исключить. Помни! Злейший враг тебе – яд, который в алкоголе, в табаке. Чтоб здоровье укреплять их нельзя употреблять. Совет Невредилкина соблюдай и здоровье укрепляй”  **Невределкин:**  Здравствуйте ребята. Я знаю все, все о привычках как хороших, так и вредных. Я помогу вам разобраться в их.  Давайте поиграем. Я буду говорить стишок, а вы, если это хорошая привычка хлопаете и говорите-ХОРОШАЯ, если плохая привычка, то топаете и говорите-ВРЕДНАЯ.    Разбросал все книги, вещи  И искал их целый вечер.    Ешь хорошие продукты – Кашу, овощи и фрукты. Лучше соки и морковка, Чем фастфуд и газировка!  Мою грязную посуду,  Пол помыть я не забуду.    Пылесосом убираю,  Пыли я не оставляю.    Ногти очень грызть люблю,  Всех микробов я ловлю.    Чисто с мылом я умоюсь,  У меня опрятный вид.    Перекусы на ходу До добра не доведут. Чтоб сильнее стать и краше, Надо кушать суп и кашу.  Кто ногтей не чистит И не подстригает, Тот своих знакомых Здорово пугает.  Неземная красота, Выньте палец изо рта! Девочки и мальчики, Не сосите пальчики. Дорогие детки, Пальцы — не конфетки.  Нет приятнее занятия,  Чем в носу поковырять.  Всем ужасно интересно,  Что там спрятано внутри.    Я люблю покушать сытно,  Много, вкусно, аппетитно.  Ем я всё и без разбора, потому что я … ОБЖОРА.    **Воспитатель:**    Ой ребята вот видите как много привычек. О мнгогих вы даже непредставляли, делали их неосознано. И если вы узнали что у вас есть вредная привычка то с ней тут же нужно начать бороться, убирать ее из своих привычек.    Полезные привычки помогают сохранять здоровье, и облегчить нашу жизнь. Вот сейчас я загадаю вам загадки, а вы отгадайте наших помощников хороших привычек.    Ускользает, как живое,  Но не выпущу его я.  Белой пеной пенится,  Руки мыть не ленится.  (Мыло.)    Есть ещё у нас друзья,  Позабыть о них нельзя.  Чтоб красиво улыбаться,  Чаще надо нам встречаться!  (зубная щётка и паста).    Мойдодыру я, родня,  Отверни-ка ты меня,  И холодною водою,  Живо я тебя умою.  (Кран с водой.)    До чего ж приятно это!  Дождик теплый, подогретый.  На полу не видно луж,  Все ребята любят.  (душ).    Хожу-брожу не по лесам,  А по усам, по волосам.  И зубы у меня длинней,  Чем у волков и медведей.  (Гребешок.)  Все эти вещи помогают нам следить за чистотой и значит за своим здоровьем.  Но существуют, к сожалению, и вредные привычки. Поговорим о них. Вредные привычки плохо влияют на организм человека, портят нам жизнь. Это несоблюдение режима дня, малая подвижность, ковыряние в носу, не соблюдение личной гигиены и другие плохие привычки.  Сейчас мы посмотрим, как вы умеете их различать.  У Невределкина для вас еще одно задание. Вот тут карточки привычек. Нужно разложить их на хорошие и вредные.  Невределкин:  А я знаю одну хорошую привычку-это разминка. Становись все на разминку!!! | -Здравствуй Невределкин.                                                                                                                                                                                                    Раскладывают карточки. |
| **Физкультминутка.** |  |
| **Цель:**Смена деятельности, снятие статического напряжения. | **Цель:**выполнить действия в соответствии с текстом. |
| -Все ребята дружно встали.  И на месте зашагали.  Топ, топ, топ, топ.  На носочках потянулись,  А теперь назад прогнулись.  Как пружинки мы присели,  И немножко посидели.  А теперь все дружно встали.  Плечиками повращали.  Вправо-влево наклонись.  И на стульчики вернись. | Выпрямились.  Ходьба на месте.    Руки к верху-тянемся  Прогнуться- руки за голову.  Присесть.    Встали  Кисти руки на плечи и делаем круговые движения плечами  Наклоны вправо-влево.  Дети садятся на свои места. |
| **2.2. Беседа «Хорошие и вредные привычки»** | |
| **Цель:**узнать, как дети восприняли материал. Развивать речевую активность, умение отвечать полными предложениями. | **Цель:**отвечать навопросы. |
| **Невределкин:**  Вот эту хорошую привычку запоминайте и делайте разминку всегда после занятий. И помните хорошие привычки помогают нам каждый день. Ребята а сейчас пришла пора нам прощаться. Мне пора в другой сад, там детки ничего не знают про вредные привычки. Нужно им все рассказать. До свидания ребята и до новых встреч.  **Воспитатель:**  До свидания Невределкин. Ребята наша жизнь состоит из множества действий и очень часто в них закрадываются не правильные-вредные действия и через какое-то время они превращаются в привычку. Например, вешать аккуратно в шкаф или на стул свою одежду. Это хорошая привычка. А если разбрасывать, то вредная привычка. И игрушки если поиграв убираете наместо-хорошая привычка. А если не убираете, то это вредная привычка. А еще очень хорошая привычка-не опаздывать. В сад на зарядку, например. Соблюдение чистоты тоже хорошая привычка. Всегда быть чисто и опрятно одетым, аккуратно причесанным.  Как вы думаете, что нужно делать для того, чтобы победить вредную привычку?    Правильно ребята нужно контролировать свое поведение. | -До свидания Невределкин.                          -Стараться так не делать, думать, что делаешь. Обращать внимание на своё поведение. |
| **Этап 3. Заключительная часть** | |
| **3.1. Подведение итогов.** | |
| **Цель:** обобщение полученных знаний, подведение итогов. | **Цель:**осознание результатов своей деятельности. |
| Ребята давайте еще раз вспомним какие бывают привычки? | Хорошие и вредные |
| Ребята скажите мне какие у вас есть хорошие привычки? | Высказывания ребят |
| А у кого есть плохие привычки? | Высказывания ребят |
| **3.2. Рефлексия.** | |
| **Цель:**способствовать снятию эмоционального и умственного напряжения. | **Цель:**осознание своегоэмоционального состояния. |
| Воспитатель:  -Ребята что мы сегодня узнали? | Что есть хорошие и вредные привычки |
| -Хорошие привычки нам помогают, а что нужно делать с вредными привычками? | -От них нужно избавляться. |
| -Вы будете иизбавляться от своих вредных привычек? | -Да |
| -Ребята вы сегодня узнали что-то интересного для себя?  Невределкин ушёл, но он оставил вам подарки. Смотрите это раскраски с изображением самого Невределкина. Давайте красиво-красиво его раскрасим, чтобы ему понравилось. |  |