

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 16 «Родничок»
общеразвивающего вида г.Улан-Удэ**

**«Полезные и вредные привычки»
(средняя группа)**

Воспитатель: Бурцева А.В.

Цели: учить детей отличать вредные и полезные привычки.

Задачи:

- Формировать сознательный отказ от вредных привычек;
- Развивать познавательную активность, творческое воображение;
- Воспитывать эмоциональный настрой для воплощения своих чувств в рисунке;

-Воспитывать у детей отрицательное отношение ко всем вредным привычкам, большое желание вести здоровый образ жизни.

Оборудование: иллюстрации, карандаши, бумага.

Ход:

Воспитатель: Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас всех такими красивыми, радостными и здоровыми. Надеюсь, у вас отличное настроение. (Психологический настрой).

Послушайте стихотворение и подумайте, о чём мы будем говорить.

Про девочку, которая сосёт палец.

Неземная красота,
Выньте палец изо рта!
Девочки и мальчики,
Не сосите пальчики.
Дорогие детки,
Пальцы — не конфетки.
(Эдуард Успенский)

Воспитатель: Дети, с этих строк стихотворения вы могли понять, о чем пойдет сейчас речь. Так, это - привычки.

Воспитатель: Каждый человек способен привыкать к каким-то действиям, ощущениям.

Кто-то привык рано ложиться спать, а кто-то - поздно; кто-то привык делать по утрам зарядку, а кто-то нет. Что появляется у человека? Правильно, привычка.

Сегодня мы с вами будем рисовать на тему: « Вредные и полезные привычки».

Воспитатель: Что такое привычка?

Дети: Это действие, которое мы повторяем, даже не всегда замечая это. Привычка — это такое действие, которое становится для нас тем, без чего мы не можем жить.

Воспитатель: Ребята перечислите привычки, которые есть у вас или какие вы знаете?

Дети: Приходя с улицы переобуваться в домашнюю обувь, домашнюю одежду, мыть руки с мылом, умываться, ковыряться в носу, ябедничать.

Воспитатель: Дети, а какие бывают привычки?

Дети: полезные и вредные.

Воспитатель: Что такое полезная привычка?

Дети: Она приносит пользу.

Воспитатель: Полезные, хорошие привычки делают человека более свободным, так как о многих своих действиях он перестает задумываться, они словно совершаются сами собой.

Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь. Давайте вместе подумаем и вспомним, какие еще хорошие привычки бывают? Что это за привычки? Давайте рассмотрим иллюстрации с полезными привычками.

Воспитатель: Но существуют, к сожалению, и вредные привычки. Что такое вредная привычка?

Дети: Это привычка, которая приносит вред.

Воспитатель: Назовите вредные привычки.

Дети: Это несоблюдение режима дня, малая подвижность, курение и другие плохие привычки.

Воспитатель: Есть вредные, опасные для жизни привычки, это курение, алкоголь, наркомания. Эти привычки разрушают здоровье людей. При курении легкие чернеют; появляются кашель, одышка, бронхит. Алкоголь притупляет способность ясно мыслить, нарушает координацию движений, затрудняет речь. Рассмотрите иллюстрации с вредными привычками.

Воспитатель: Сейчас мы с вами попробуем зарисовать то, что мы понимаем под вредными и полезными привычками.

Но перед этим выполним небольшую разминку:

Физкультминутка «Теремок»

На полянке теремок, (ладони домиком)

Дверь закрыта на замок (пальцы в замок)

Из трубы идет дымок (из пальцев делать колечки).

Вокруг терема забор (руки растопырить)

Чтобы не забрался вор (щелчки).

Тук-тук-тук!

Тук-тук-тук!(кулачком постучать по ладони).

Открывайте!(широкоразвести руки в стороны)

Я вам друг!(ладони сомкнуть одна поперек другой)

Подумайте хорошенько, что можно изобразить в ваших рисунках, чтобы у нас получились правила здорового образа жизни.

Дети рисуют, воспитатель приходит на помощь в задумке сюжета, в выборе средств изображения при необходимости.

Дети доделывают рисунки и готовые работы вывешиваются на доску, выбираются самые лучшие.

Воспитатель: А теперь мы поиграем в игру «Полезно - вредно». Я буду называть привычки, а вы, если это полезная привычка – хлопните в ладоши, если вредная - поднимите руки вверх.

- Грызть ногти;
- Соблюдать режим дня;
- Долго смотреть телевизор;
- Правильно питаться
- Говорить неправду.
- Общаться с людьми;
- Чистить зубы.
- Кричать
- Убирать за собой игрушки.
- Делать зарядку.
- Есть много сладостей.
- Обзывать детей.
- Говорить правду.
- Неряшливо одеваться.
- Пользоваться носовым платком.
- Обманывать.
- Кушать молча.

Итог занятия.

- Дети, что мы сегодня делали?
- В какую игру играли?
- Какие выводы вы для себя сделали?

Воспитатель: Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом. Например, такие: «Здоровье дороже золота» или «Здоровье, ни за какие деньги не купишь».

Давайте наше занятие закончим такими словами: Если у нас есть здоровье – то будет все. Берегите его с детства!