

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №153  
(МАДОУ детский сад №153)  
Ул. Ломоносова, д. 75, Екатеринбург, Свердловская обл., 620042,  
[Mdou153@eduekb.ru](mailto:Mdou153@eduekb.ru), <https://153.tvoysadik.ru/>, тел:(343) 223 – 34 – 01

Всероссийский профессиональный конкурс  
педагогического мастерства среди работников дошкольных  
образовательных учреждений «Лучший конспект занятия в  
дошкольном образовательном учреждении», в рамках  
реализации ФОП ДО

## **Конспект занятия**

# **Секреты здоровья вместе с Незнайкой**

Выполнила:

Ветошкина Анастасия Радиковна

г. Екатеринбург 2026

## Сценарий занятия

### Секреты здоровья вместе с Незнайкой

**Возраст:** младшая группа (3–4 года)

**Продолжительность:** 15 минут в игровой форме

**Цель:** Закрепление первоначальных представлений у детей младшего дошкольного возраста о здоровом образе жизни с помощью игровой деятельности с использованием ИКТ (презентации).

#### **Задачи:**

- Закрепить понятия «микробы», «полезные и вредные продукты»;
- Развивать представление о соблюдении норм гигиены;
- Воспитывать социальные навыки взаимодействия.

#### **Планируемые результаты:**

- Освоены первичные представления здорового образа жизни;
- Сформированы навыки соблюдения норм гигиены;
- Закреплены понятия «микробы», «полезные и вредные продукты».

#### **Предварительная работа:**

Чтение художественной литературы: Анна Игнатенко «Что полезно кушать?»; Дмитрий Рябинин «Полезные продукты»; Филипп Гастель «Зубки чистят дети сами»; Сергей Прокофьев «Откуда берется здоровье?»; Наталья Белопольская «Микробы и полезные бактерии»

Рассматривание иллюстраций: полезная еда и вредная еда; виды спорта и физической активности; бактерии и микробы.

Беседы: «Что мы кушаем»; «Чистота и личная гигиена»; «Про бактерии и микробы».

#### **Оборудование:**

Игрушка Незайка, мультимедийная презентация (ИКТ), карточки с продуктами питания, картинки микробов, корзинки для игры, карточки «полезно – вредно», картинки-половинки спортивные виды спорта и

различной физической активности (по 1 половинке на ребенка), заготовки из цветной бумаги овощи и фрукты, заготовка большая тарелка.

### **Ход занятия**

**Воспитатель:** Ребята, какой сегодня замечательный день! На улице светит солнышко, и кажется, будто оно нам улыбается. А давайте и мы с вами друг другу улыбнемся. Предлагаю поиграть в интересную игру - «Передай улыбку по кругу».

У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (воспитатель улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т. д.).

На экране появляется Незнайка

**Воспитатель:** ребята, посмотрите скорее, кто же это к нам сегодня пришел в гости?

**Дети:** Незнайка!

**Воспитатель:** правильно, это наш с вами друг Незнайка. Смотрите он написал какое – то письмо, давайте прочитаем.

На слайде рядом с незнайкой появляется письмо

**Незнайка:** здравствуйте, ребята!

Пишет вам Незнайка. У меня случилась небольшая беда. Я услышал, что все вокруг говорят о здоровье: нужно беречь здоровье, заботиться о здоровье, кушать полезную еду. А я совсем не понимаю, что это такое — здоровье.

Иногда я забываю мыть руки, люблю есть много конфет и совсем не знаю, какие продукты полезные, а какие вредные. А ещё мне сказали, что существуют какие-то микробы, из-за которых можно заболеть.

Ребята, помогите мне, пожалуйста! Расскажите и покажите, что нужно делать, чтобы быть здоровым. Как правильно питаться? Почему нужно мыть руки? И как защититься от микробов?

Я очень хочу попасть в страну здоровья и узнать её секреты. Надеюсь, вы мне поможете!

**Воспитатель:** ребята, а вы знаете, что такое здоровье?

**Ответы детей:** это когда не болит живот, можно играть с друзьями, есть вкусную и полезную еду, ходить на зарядку и физкультуру, ставить уколы.

**Воспитатель:** Давайте отправимся вместе с Незнайкой в увлекательное путешествие, но сначала нам нужно подумать на чем же можно отправится в страну здоровья?

**Ответы детей:** машина, автобус, поезд, самолет, ракета, велосипед, самокат.

**Воспитатель:** как много транспорта вы назвали, давайте полетим на самолете.

На экране появляется слайд видео с зарядкой

Чударики – самолет

Смотрите в небе самолет,  
А в самолете том пилот  
Штурвалом ловко управляет  
И между облаков летает  
Под самолетом то гора,  
То лес дремучий, то нора,  
То в небо дивится народ,  
То зайцы водят хоровод

**Воспитатель:** вот мы и прилетели на первую остановку, а называется она «Чистые руки»

Слайд презентации

На экране появляются грязные руки и чистые руки.

**Воспитатель:** смотрите скорее, на экране появились какие – то картинки, как вы думаете, что это?

**Ответы детей:** грязные руки, чистые руки.

На слайде появляются микробы.

**Воспитатель:** на грязных руках живут маленькие вредные микробы. Они очень маленькие, их нельзя увидеть глазами. Они могут жить на грязных руках, на игрушках и на невымытых фруктах.

Если микробы попадут в организм, человек может заболеть.

**Вопросы детям:**

Что нужно делать, чтобы микробы не попали в организм?

Когда нужно мыть руки?

**Ответы детей:** мыть руки с мылом, фрукты и овощи. Руки нужно мыть после туалета, прогулки.

**Воспитатель:** вот мы с вами рассказали Незнайке о микробах, а дальше мы поедem с вами на машине

Дети берут в руки воображаемый руль, идут по кругу

На слайде картинка машины, на фоне играет фрагмент песни

Проект Теремок, исполнитель Синий трактор – Еду на машине

Отличная дорога, прекрасная погода,

И ярко светит солнце, и дует ветерок.

Приторможу немного — здесь ходят пешеходы,

И снова разгоняюсь, я еду далеко!

Еду, еду, еду на машине,

Еду, еду, еду далеко!

Еду, еду, еду на машине,

Еду, еду, еду далеко!

Послушная машина, шуршат приятно шины,

Не превышаем скорость — и добрым будет путь!

И крутятся колёса в моём автомобиле,

За руль руками крепко обеими держусь!

**Воспитатель:** вторая наша остановка называется «Полезные продукты»,

Слайд презентации «Полезные продукты»

**Воспитатель:** Незнайка очень любит сладости и не знает, какие продукты полезные. Поможem ему?

Детям показываются картинки:

яблоко, морковь, молоко, каша, конфеты, чипсы, газировка.

**Задание:**

Полезные продукты положить в одну корзину, вредные — в другую.

**Воспитатель:** а какие полезные продукты вы еще знаете?

**Ответы детей:** фрукты, овощи, рыба, мясо, каша, суп.

**Воспитатель:** какие вы молодцы, полезные продукты помогают нам расти, быть сильными и здоровыми. Отправляемся на следующую остановку, а поедем мы с вами на паровозе.

Фрагмент песни с движениями «Паровозик чух-чух-чух»

Чух —чух, чух —чух —паровозик,

Чух —чух, чух —чух —паровозик,

Он бежит, качается,

Охает, старается...

Оххх,шшш,

Таки-таки, таки-таки,

Оххх,шшш,

Таки-таки, таки-таки.

(Между остановками повторяется)

Стоп! Остановка Хлопотушкино (дети хлопают)

Стоп! Остановка Попрыгайкино (дети прыгают)

Стоп! Остановка Танцевалкино (дети свободно танцуют)

**Воспитатель:** Остановка «Спортивная», как вы думаете почему, она так называется?

**Ответы детей:** занимаются спортом, ходят на зарядку, играют в игры.

**Воспитатель:** чтобы быть здоровыми, нужно не только правильно питаться, но и заниматься спортом, делать зарядку.

На слайде появляются дети, которые бегают, прыгают, играют с мячом.

**Вопрос детям:** что делают дети?

**Ответы детей:** играют с друзьями, бегают, прыгают, играют с мячом.

**Воспитатель:** правильно, они занимаются спортом, чтобы быть здоровыми, сильными и выносливыми. Смотрите Незнайка оставил нам с вами интересную коробочку, давайте вместе посмотрим, что в ней лежит.

Воспитатель достает из коробочки половинки разных картинок и показывает детям.

**Воспитатель:** ой, кажется, у меня не получилось, собрать правильную картинку. Вы мне поможете?

**Ответы детей:** да.

**Воспитатель:** сейчас я вам дам каждому по одной половинке, а вы должны найти своего друга и взять его за ручку.

Дети ищут половинку от своей картинки и встают парами.

Воспитатель помогает детям.

**Воспитатель:** какие красивые и яркие картинки у вас получилось. Расскажи мне пожалуйста, что на них нарисовано.

**Ответы детей:** футбол, плавание, катание на велосипеде, танцы, бег.

**Воспитатель:** как вы хорошо справились с заданием. Ну а теперь нам с вами пора отправляемся на последнюю остановку и поедем мы на автобусе.

На слайде включается видео

Музыкальная разминка «Автобус»

Колеса у автобуса крутятся, крутятся, крутятся,

Колеса у автобуса крутятся целый день.

А щетки в автобусе вжик, вжик, вжик,

А щетки в автобусе вжик, вжик, вжик целый день.

А сигнал в автобусе би-би-би, би- би -би, би -би- би- би,

А сигнал в автобусе би-би-би, би- би -би целый день.

А двери в автобусе хлоп, хлоп, хлоп,

А двери в автобусе хлоп, хлоп, хлоп целый день.

А дети в автобусе уа – уа – уа, уа- уа-уа,

А дети в автобусе уа- уа-уа целый день.

Колеса у автобуса крутятся, крутятся, крутятся,

Колеса у автобуса крутятся целый день.

**Воспитатель:** вот мы и добрались

На слайде «Правила здоровья»

На экране появляются картинки по очереди:

мытьё рук, фрукты, зарядка, чистка зубов.

**Воспитатель:** давайте мы с вами повторим какие бывают правила здоровья.

**Дети называют:** мыть руки, есть полезную еду, делать зарядку, чистить зубы. Дополняют своими ответами.

На экране снова появляется Незнайка.

**Воспитатель:** ребята, вы помогли Незнайке попасть в страну здоровья и узнать правила. А сейчас мы с вами сделаем для нашего друга подарок, на столе лежит большая тарелка, давайте мы ее наполним полезными продуктами.

Дети подходят к столу, приклеивают заготовки овощей и фруктов.

**Воспитатель:** какая полезная и вкусная тарелка у нас с вами получилось, теперь Незнайка не забудет, как можно вкусно и полезно кушать и будет рассказывать своим друзьям в какой стране он сегодня побывал вместе с нами.

