

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №119



Конспект образовательной деятельности
«Где прячется здоровье?»
(для детей старшей группы)

Конспект образовательной деятельности «Где прячется здоровье?» (для детей старшей группы)

МАДОУ «*Детский сад №119*»

Цель: Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

- Знакомить с понятиями «**здоровье**» и «**болезнь**», с частями тела.
- Формировать привычку заниматься спортом.
- Воспитывать потребности в соблюдении режима питания, употребление в пищу овощей и фруктов.

Интеграция образовательных областей: речевое, познавательное, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное, физическое развитие.

Оборудование: ноутбук, презентация «**Здоровый образ жизни**», аудиозапись «**Звуки природы**», быстрая музыка для эстафеты, 3 корзины, 4 конуса.

Демонстрационный раздаточный материал: игрушечный медведь, две корзины, муляжи овощей и фруктов, чипсов, коллы, сладостей, картинка корзины, картинки яблок, на которых изображены элементы ЗОЖ, тренажер Базарного для глаз.

Предварительная работа: беседы по ЗОЖ, дидактические игры «**Составь и назови**», «**Одень по сезону**», «**Четвертый лишний**».

Методические приёмы: приветствие, проблемная ситуация, беседа с воспитателем, дидактические игры, физминутка, физпауза, гимнастика для глаз, гимнастика мозга.

Описание работы: конспект НОД предназначен для групповых занятий с детьми 6-7 лет в детском саду. Его можно использовать по изучению окружающего мира, развития речи.

Ход занятия:

(Слайд осеннего солнечного леса)

Мотивация

В.: Ребята, сегодня я получила письмо от жителя леса Медведя. Он заболел. Жаловался мне, что голова у него болит, и спина, и горло, и лапы ломит, и в ушах шумит. Просил помочь ему. Давайте поможем ему.

Детская цель: помочь Медведю поправить здоровье.

В.: Я приглашаю вас прогуляться в лес в гости к Медведю. Прогулки очень полезны для нашего организма, особенно в лесу. (*Аудиозапись «Звуки леса»*).

Давайте закроем глазки, повернемся вокруг себя 3 раза. Ребята, давайте прислушаемся. Что вы слышите?

Ответы детей.

В.: Где мы оказались?

Ответы детей.

В.: Как хорошо в лесу.

Медведь: Здравствуйте, ребята. Вижу, получили вы мое письмо. Спасибо, что пришли мне на помощь. Может, научите меня, как от болезней избавиться. А я все ваши знания положу в эту корзинку.

В.: — Поможем, ребята? Давайте Мишку научим делать массаж.

Дети вместе с педагогом выполняют массаж биологически активных точек в стихотворной форме:

Оздоровительная гимнастика (*самомассаж*).

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.

(*Поглаживают ладонями шею сверху вниз.*)

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать.

(*Указательными пальцами растирают крылья носа.*)

Лоб мы тоже разотрём, ладошки держим **«козырьком»**.

(*Прикладываем ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны — вместе*)

«Вилку» пальчиками сделай, и массируй ушки смело.

(*Раздвигают указательный и средний пальцы и растирают точки перед и за ушами*)

Знаем, знаем да-да-да, нам простуда не страшна.

(*Потирают ладошки друг о друга*).

В.: А еще Мишка, мы умеем делать упражнения, которые наполняют нас энергией: **«Вода»**, **«Думающий колпак»**, **«Кнопки Земли»**.

В.: — Как ты Миша поправляешься? Помог тебе наш массаж?

Медведь: — Голова прошла, и нос задышал.

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением массажа. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

Медведь: Но вот живот еще болит? Можно я кого-нибудь съем из вас, может быть поможет?

В: Нет, Мишка ни кого не надо есть. Ребята, а что нужно делать, чтоб не болеть?

Ответы детей.

В.: — Правильно, дети. Нужно закаляться, заниматься спортом. Давай, Мишка, вставай с нами на зарядку.

Физминутка.

(Видео)

В.: Молодцы, ребята, что научили Медведя зарядке.

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением зарядки. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

В.: Дети, по каким признакам можно узнать, что человек заболел?

Ответы детей.

(Слайд правила гигиены)

В.: А что нужно делать для того, чтобы не болеть?

В.: Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду?

Ответы детей.

В.: Для чего это надо делать?

Ответы детей.

В.: Мишка, поиграй с нами и запомни правила гигиены. Если я даю полезные советы, вы хлопаете в ладоши, а если вредные, то прячете руки за спину:

Игра **«Полезно — вредно»**

- Умываться по утрам (*полезно*)
- Тереть глаза грязными руками (*вредно*)
- Пользоваться мылом, когда моете руки... (*полезно*)

- Есть грязными руками... *(вредно)*
- Не расчёсывать волосы... *(вредно)*
- Чистить зубы 2 раза в сутки... *(полезно)*
- Лечить зубы у стоматолога *(полезно)*
- Есть невымытые фрукты и овощи... *(вредно)*

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением правил гигиены. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

В: Как попадают микробы в организм?

Ответы детей.

(Слайд машина скорой помощи)

В.: А если микробы попадут в организм, то нужна помощь врача. По какому номеру телефона можно вызвать скорую помощь?

Ответы детей.

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением номера телефона скорой помощи. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

В.: Молодцы. Давайте мы с вами поиграем и покажем, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Физпауза

Будешь кушать витамины.

Будешь очень, очень сильным — показывают силу.

Будешь бегать далеко — бег на месте,

Будешь прыгать высоко — прыжки на двух ногах.

Будут ножки танцевать — выставляют ногу на носок.

И усталости не знать!

(Слайд полезные и вредные продукты)

В.: Мишка, а давай мы заглянем в твое лукошко, это тебе, наверное, угощение туристы оставили. *(Показывает детям муляжи чипсов, коллы, сладостей)*

Медведь: Вот сладости — конфеты самые мои любимые, сейчас съем и мне лучше станет. Ой, еще хуже стало, теперь зуб заболел.

В.: Эх ты медведь разве можно столько сладкого есть, это же вредно для здоровья.

Медведь: Помогите мне, пожалуйста, разобрать мое лукошко на полезные

продукты и вредные!

В.: Давайте поделимся на две команды. Одна команда из корзины медведя достает полезные продукты, а другая вредные продукты.

Эстафета **«Полезные и вредные продукты»**

Дети сортируют под музыку продукты, собирая их в две корзинки.

В.: Молодцы ребята помогли Мишке. В этих фруктах и овощах много витаминов, которые защищают нас от болезней, если мы будем их кушать, то никакая простуда нам не страшна.

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением полезных продуктов. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

(Слайд больных и здоровых глаз)

Медведь: Ой, что-то у меня глаза заболели.

В.: Мишка, а хочешь, мы тебя своей гимнастике научим, чтобы глазки не болели?

Зрительная гимнастика **«Медведь»**.

Вставайте, руки за спину, смотрите и слушайте и внимательно повторяйте:

Сел медведь на бревнышко — Поднять голову вверх и

Стал глядеть на солнышко — Водить глазами вправо влево.

-Не гляди на свет, медведь! — Поморгать глазами.

Глазки могут заболеть!

В.: А теперь давайте научим Медведя выполнять упражнение **«Ленивые восьмерки»**, **«Двойной рисунок»**.

Воспитатель дает ребенку картинку яблока с изображением гимнастики для глаз. Ребенок **«кладет»** яблоко в корзинку.

(Слайд корзина с яблоками)

В.: Какие вы молодцы, спасибо вам порадовали Мишку, и выздоровел и повеселел! Смотрите, какую большую корзину яблок мы собрали для Медведя. А за это вам Мишка подарки приготовил всем по яблочку лесному!

Медведь: Яблоко очень полезное для зубов, благодаря ему можно стать красивее, здоровее и моложе. Сейчас из моего леса придете в группу обязательно помоете руки и угощайтесь на здоровье. А мне в берлогу пора спать, прощайте до Весны!

В.: Спасибо Мишка, ты про нас не забывай и нашу пословицу запомни: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу! ». Закроем опять глазки, повернемся в другую сторону 3 раза. Ну, вот мы и оказались с вами в детском саду.

Рефлексия: Ребята, расскажите мне, как мы поправили здоровье Медведю?

Ответы детей.

Итог: сегодня ребята мы с вами поняли, чтобы быть здоровым нужно кушать витамины, делать зарядку, соблюдать правила гигиены. Расскажите, что вам понравилось на занятии?

А что для вас было самым сложным?

Что было самым интересным?

Ответы детей.

Список литературы:

1. М.М. Борисова *«Малоподвижные игры и игровые упражнения»*
2. М.Ю. Каратулина *«Праздники здоровья для детей 6-7 лет»*
3. Л.И. Пензулаева *«Оздоровительная гимнастика для детей 5 – 7 лет»*
4. Т.Е. Харченко *«Бодрящая гимнастика для дошкольников»*
5. М.В. Югова *«Воспитание ценностей здорового образа жизни»*