Конспект занятия НОД в старшей группе

**«Где прячется здоровье?»**

Цель: Развитие познавательной активности в образовательных областях «Здоровье», «Безопасность», «Познание», «Художественный труд».

1. Образовательные:

-формировать у детей представления о зависимости здоровья от выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья;

 2. Развивающие:

 - развивать познавательный интерес и речь.

 3. Воспитательные:

 -воспитывать желание заботиться о собственном здоровье.

Предварительная работа:

Рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение литературы, загадывание загадок.

Методические приемы: художественное слово, ситуационные задачи, беседа, исследовательские задачи, обращения к жизненному опыту детей.

Ход занятия:

1. Организационный момент.

-Дети возьмитесь за руки, посмотрите друг на друга, улыбнитесь. Почувствуйте, как пошло тепло.

-Отправьте мысленно друг другу пожелания. Что отправил Егор, Регина, Маша…

-А я пожелала вам здоровья!

-Ребята, почему здоровье так важно для человека? (ответы детей)

- Здоровье – это самое главное богатство, которое нужно беречь.

Вбегает Незнайка в группу кричит: «Спасите, помогите, ко мне пристали противные микробы, я их боюсь»

**Воспитатель**: Здравствуй Незнайка, что случилось?

**Незнайка**: За мной гоняться микробы, я очень боюсь заболеть.

**Воспитатель**: Не бойся Незнайка, мы с ребятами постараемся тебе помочь. Расскажи по порядку, что с тобой случилось.

**Незнайка**: Мы получили телеграмму от Пилюлькина, сейчас я вам её прочитаю: «Дорогие жители Солнечного города. На город надвигаеться опасный вирус гриппа. Всем запастись марлевыми повязками и витаминами. Посылаю коробку с лекарствами»

**Воспитатель**: А где сам Пилюлькин?

**Незнайка**: Пилюлькин и Знайка уехали в командировку… Я не знаю что делать, все жители города могут заболеть.

**Воспитатель:** А разве, ты не знаешь правила здорового образа жизни?

**Незнайка:** Нет, а что это такое?

**Воспитатель**: А вы дети знаете? (дети читают стихи )

**Регина**. Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим дня.

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться-

На зарядку становиться.

**Егор**. Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,

С ними дружбу не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

**Алеша.** Чтоб не один микроб

не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

**Софья.** На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить.

**Незнайка:** Нет, у меня так не получиться. Я люблю спать до обеда, потом играю на компьютере в разные стрелялки часов 5, а оставшееся время смотрю телевизор, а вы знаете, какие мультфильмы интересные идут, разве я делаю неправильно?

(*Дети говорят о важности соблюдения режима дня, за телевизором находиться 30 минут, за компьютером 15 минут*)

**Воспитатель**: Предлагаю вам игру «**Расставь правильно**» по теме «Режим дня»

- молодцы ребята, молодец Незнайка ты тоже справился.

-Давайте ребята научим Незнайку, как нужно делать зарядку

**Физминутка**

Мы стоим на огороде,                       *Потягивания-руки в стороны*

Удивляемся природе.

Вот салат, а здесь укроп.                  *Правой рукой коснуться левой ступни, а потом*

Тут морковь у нас растёт                  *левой рукой коснуться правой ступни.*

Поработаем с тобой ,

Сорнякам объявим бой –

С корнем будем выдирать

Да пониже приседать.                       *Приседания*

Всё полили мы из лейки

И садимся на скамейки.

Мы идём во фруктовый сад.                         *Ходьба на месте.*

Вздыхаем яблок аромат.                               *Дыхательные упражнения.*

Хотим сорвать яблоки с дерева                   *Поднимаются на носочки, тянут*

*поочерёдно то одну, то другую руку вверх .*

Может быть, допрыгнем до них?                *Прыжки.*

Нужно поставить лестницу.                         *Имитируют подъём по лестнице*.

Срываем яблоки и кладём в корзину.         *Имитируют сбор яблок*.

Яблоки собрали, теперь отдохнём.              *Дети садятся за столы.*

**Незнайка:** Какие вкусные «продукты» у вас на доске, и вы все это едите? Я, например, люблю мороженое, побольше сладостей и пирожных.

**Воспитатель**: Нет, Незнайка ты неправ, нужно есть полезные продукты. Я загадаю загадки, отгадай Незнайка, а вы ребята помогайте.

**Незнайка**: Я очень люблю **загадки.** А вы, ребята? (да)

Рослые ребятки, улеглись на грядке,

Все ребятки молодцы и зовутся …  (огурцы)

\* \* \*

Фиолетовый кафтан заказал себе Иван.

Лучше не было кафтана, чем кафтан у …  (баклажана)

\* \* \*

Шло по грядке вдоль забора

Войско храброе дозором.

Держит пики сотни рук.

Подрастает горький … (лук)

\* \* \*

Красная девица родилась в темнице,

Выкинула косу за окошко ловко.

Наступает осень, выдернут … (морковку)

\* \* \*

Кругленькие братцы в домике томятся,

В домике зелёном им совсем не плохо.

Варят их в бульоне и зовут … (горохом)

- Как назвать одним словом все эти картинки-ответы? (овощи)

Этот плод продолговатый,

Витаминами богатый.

Его варят, его сушат.

Называется он … (груша)

\*  \* \*

Он с оранжевою кожей,

Что на солнышко похожа.

А под кожей – дольки,

Посчитали, сколько?

Дольку каждому дадим,

Все по долечке съедим. (Апельсин)

\* \* \*

Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые,

И маленькие детки.  (Яблоко)

\* \* \*

Среди листьев изумрудных

Зреет много гроздей чудных.

Они из ягод состоят,

У них чудесный аромат,

И мы зовём их … (виноград)

\* \* \*

Хоть и кислый он,

В чай положим мы  … (лимон)

- Как назвать одним словом все эти картинки-ответы? (фрукты)

**Воспитатель:** Все овощи и фрукты содержат очень много полезных веществ. Когда мы их едим, то наш организм получает большой запас витаминов, чтобы мы были здоровы и не болели. Осенью поспевает большой урожай овощей и фруктов. Всё сохранить в свежем виде не удаётся. От долгого хранения они могут испортится. Что же делают взрослые, чтобы сохранить собранный урожай на целую зиму? (консервируют овощи, фрукты, варят варенье, делают компоты …)

Следующая игра называется «**Назови варенье**» (варенье из малины – малиновое, из черники – черничное и т. д.)

-Молодцы !

- Наши ребята, Незнайка , очень любят играть в подвижные игры на свежем воздухе.

Незнайка: А я не люблю играть в подвижные игры, от них только устаешь.

Воспитатель: Подвижные игры укрепляют организм,а свежим воздухом нужно дышать, потому, что он полезен для организма. Давайте проведем эксперимент.

-Сейчас глубоко-глубоко вдохните и закройте рот и нос ладошками.

-Что вы почувствовали? Не хватало воздуха.

А для чего необходим воздух? Для дыхания.

-Ребята, а где находиться воздух?

- На улице, в группе, везде.

- Давайте проверим. Как вы думаете, что у меня в пакете? А сейчас что есть в пакете? Какой воздух необходим нашему организму? Где много свежего воздуха?

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет,

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я, и ты.

-Ребята давайте для того, чтобы Незнайка запомнил, **нарисуем** правила здорового образа жизни.

**Незнайка**: Спасибо ребята, я буду выполнять все правила и никогда болеть не буду, а ещё я смогу помочь жителям моего города, даже Знайка будет рад, когда приедет, а то они говорят, что от меня один вред.

-Постойте, ребята, я ведь совсем забыл про посылку, давайте посмотрим, что за лекарства прислал Пилюлькин. (открывает посылку, а там апельсины)

Теперь я знаю, что фрукты это тоже витамины и полезны для организма. (Раздает апельсины детям, прощается)