**Методическая разработка занятия по ОБЖ на тему: «Здоровым быть - ЗДОРОВО» (для детей 6-7 лет)**

**Цель:**

формирование у дошкольников целостного отношения к здоровому образу жизни и своему здоровью в процессе образовательной, игровой деятельности.

**Задачи:**

* Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни, о ценности здоровья, умение поддерживать и сохранять его.
* Закрепить знания у детей о здоровом образе жизни.
* Воспитатьжелание заботиться о своем здоровье.

**Материалы:** следы рук и ног, мешки для мусора (облака), массажные мячики, муляжи овощей и фруктов, бумажные кораблики и коктейльные трубочки.

**Организационный момент**

 К детям приходит Заболейкин:

- Здравствуйте, ребята, я уже как месяц болею, у меня болит все голова, живот, сердце. Я лечился конфетами, тортами, но, к сожалению мне они не помогли, тогда я стал просить помощи у Мойдодыра, он меня отправил на остров Здоровья, а как до него добраться я не могу понять. Он дал мне карту, а что с ней делать я не знаю, может ее съесть?

 - Не нужно ничего есть! Сейчас мы посмотрим, что у тебя за карта и тебе с ребятами поможем добраться до этого острова.

 Ну, что, ребята, давайте отправимся вместе с Заболейкиным на остров Здоровья и ему поможем.

 Итак, для того чтобы попасть на остров здоровья нужно выполнить задания.

**Основная часть**

1.Упражнение «Следопыт»

 Цель: развитие ориентирования ребенка в пространстве.
Выполнение упражнения. Упражнения нужно преподносить в игровой форме. Понятия «левая » и «правая». Дети ставят поочередно руки и ноги на следы, проговаривая «левая рука», «правая нога» и так пока не пройдут все следы.

-Ребята, мы попали на полянку Облаков.

2.Подвижная игра с нестандартным оборудованием «Не урони облако»

 Педагог приглашает детей на «волшебную полянку» поиграть с легкими облаками. Демонстрирует некоторые способы подбрасывания «облака» (двумя руками снизу, волейбольным способом – пальцами обеих рук). Следует акцентировать внимание детей на том, что подбрасывать «облако» нужно легко – не ударять со всей силы, а толкать вверх.

 Под музыку дети начинают подбрасывать «облака», стараясь не давать им коснуться пола за определенно отведенное время.

 - Ну, вот теперь облака на небе, а можем идти дальше, перед нами полянка «Загадай-ка», чтобы её пройти нужно отгадать загадки.

3.Загадки про спорт и здоровье

Кинешь в речку – не тонет,
Бьешь о стену – не стонет,
Будешь об пол кидать,
Станет кверху подлетать. (Мяч)

Зубаста, а не кусается.
Как она называется? (Расческа)

Каждый вечер я иду
Рисовать круги по льду,
Только не карандашами
А блестящими… (коньками)

Два березовых коня
По снегам несут меня.
Кони эти рыжи,
А зовут их… (лыжи)

Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ,
Это мой… (велосипед).

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(Мыло)

- Кажется, что кто-то в кустах. Да это же мама Ежиха, она нам что-то хочет сказать. Она нам покажет куда нам дальше идти, если мы погладим её ежат.

4.Массажные мячики «Ёжик».

 Все движения выполняются в соответствии с текстом.

Ёжик выбился из сил-

Яблоки, грибы носил.

Мы потрем ему бока,

Надо их размять слегка.

А потом погладим ножки,

Чтобы отдохнул немножко.

А потом почешем брюшко,

Пощекочем возле ушка.

Ёж по тропке убежал,

Нам «Спасибо!» пропищал.

Ребенок жалеет ёжика, гладит, чешет, щекочет. На слова «по тропке убежал» мячик можно катать по столу (полу), коленкам.

Мама Ежиха показывает детям дорогу.

- Вот, кажется там и есть остров здоровья, но чтобы на него перебраться нужно сесть в лодку, а в лодку садятся детки, которые правильно выполнят следующее задание.

5. Игра «Морской бой»

В широкий таз наливается вода. На воду пускаются от двух и более (в зависимости от таза) бумажных корабликов. Игроки дуют на них через трубочки от коктейля, стараясь переплыть на другую сторону.

Дети садятся на стульчики.

- Пока мы ходили, то потеряли много сил, а чтобы силы к нам вернулись нужны витамины. Я в лодке нашла вот такой мешочек.

6.Игра «Чудесный мешочек»

В мешок складываются овощи и фрукты. Ребенок, вынимая овощ или фрукт загадывает о нем загадку, если он не знает, другой ребенок помогает и т. Д.

 Вот мы о добрались до острова и здесь нас встречает Мойдодыр.

- Здравствуйте, ребята, какие вы молодцы, что выполнили все мои задания и привели ко мне Заболейкина, а давайте теперь ещё раз вспомним, что нужно делать, чтобы быть здоровыми!

**Итог.**

Смотрим презентацию «Быть здоровым здорово!»

**Список литературы**

1. Интернет ресурсы <http://bebygarden.ru/>.

2. [http://nsportal.ru](http://nsportal.ru/)

3. <http://www.orenipk.ru/>

4. <http://urok.sokolskoe.org.ru/>

5. Дошкольное воспитание. 5.2004,с.66.

6. 6.2002, с.39.

7. 4.2008,с.54.

8. Железнова Е. Р. «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры

 для старших дошкольников»,С.-Петербург,2013, с.61.