**Конспект НОД по основам здорового образа жизни на тему:**

**«Огородные приключения».**

**(Старшая группа)**

Воспитатель: Ларина О.Г.

Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, о пользе овощей. Упражнять в образовании существительных с уменьшительно-ласкательными суффиксами. Продолжать учить делить слова на слоги. Закреплять навыки выполнения основных видов движений.

Материал и оборудование: Две тарелки, на которых лежат кусочки капусты и моркови, накрытые салфеткой. Кукла Витаминоед. Ширма. Тонкий канат. Верёвка. Фартук.

Ход

Ребята, посмотрите, у меня на столе стоя тарелки, я вам сейчас буду загадывать загадки, а вы должны узнать, что здесь лежит. (*Загадываю загадки о капусте и моркови*.) Дети их отгадывают. *(Затем снимаю салфетки с тарелок.)* Правильно. Как капусту и морковь можно назвать одним словом?(*Овощи)*

Какие блюда можно приготовить из этих овощей*? (Салаты, щи, солянку, квашеную* *капусту, котлеты*.) Все знают, что в капусте и моркови много витаминов. Причём больше всего их в сырых овощах. Поэтому сегодня мы будем делать салат из свежих овощей. Что, кроме капусты и моркови, можно добавить в салат, чтобы он стал ещё полезнее? *(Зеленый* *лук, петрушку, укроп*.) Ребята, а где мы обычно срезаем, свежую зелень? *(Мы срезаем* *зелень в ящиках, которые стоят на окне в уголке природы*.) Давайте её срежем?

*Дети подходят к ширме, за которой спрятана кукла Витаминоед.*

Витаминоед: Куда это вы направились? Кыш отсюда!

В огороде я хозяин- Витаминоед!

Витамины ем на ужин и в обед.

Витамины ем и летом, и зимой.

А себе вы поищите огород другой!

-Ребята, что же делать? Ведь нам нужна зелень для салата. Давайте попросим Витаминоеда, чтобы он нас пропустил в огород.

Дети. Пропусти нас, Витаминоед!

-Уважаемый Витаминоед, этот огород на окне дети создали сами. Ещё осенью они насыпали в ящики землю, сеяли семена, ухаживали за всходами. И теперь они хотят добавить выросшие в ящиках душистые травы в салат. Ведь зимой очень полезно и важно есть свежую зелень, богатую витаминами.

Витаминоед: Дети ваши такие крепкие, здоровые, розовощёкие, что и без свежей зелени не пропадут. А я, несмотря на то, что питаюсь одними витаминами, хилый и слабый. Значит, мне необходимо усиленное витаминизированное питание.

-А знаешь ли ты, Витаминоед, что ещё кроме приёма витаминов, нужно делать, чтобы стать здоровым и сильным?

Витаминоед: Конечно, знаю! Надо больше спать, беречь силы, не утомляться и не напрягаться.

-Дети, что по-вашему надо делать, чтобы быть здоровыми?

Дети. Гулять на свежем воздухе, делать зарядку, заниматься спортом, закаляться.

Витаминоед: Что-то мне не нравится. Ну что ж, попробуйте добраться до своих грядок. Но учтите, путь к огороду я заколдовал. И хотя идти до него недалеко, дойти - нелегко.

-Витаминоед, я думаю, наши дети преодолеют все твои препятствия. В путь! Пойдём по следам Витаминоеда.

*Дети поочерёдно проходят по гимнастическим доскам, на которых изображены следы: по первой - на носках, по второй – на пятках, по третьей – спиной вперёд.*

-Ура! Молодцы, ребятки! Первое испытание пройдено. Впереди овраг. Осторожно, не оступитесь, проходя по краю обрыва.

*Дети поочерёдно идут на четвереньках, ставя ноги на канат, а руки слева и справа от него.*

-Трудно было идти по краю обрыва, но вы преодолели и это препятствие. Впереди заросли шиповника. Осторожно, не поцарапайте спину, подлезая под колючим кустарником.

*Дети подлезают под верёвкой, натянутой на высоте 30* см*. от пола.*

-Ну, вот ребятки мы вышли на поляну. Здесь можно побегать и попрыгать.

Проводится подвижная игра «Ловишки».

-Ребята, посмотрите, на краю поляны –огород. Но на воротах замок. Как же его открыть?

Витаминоед: Чтобы открыть этот замок, вы должны ласково назвать овощи, душистые травы и определить, сколько частей в этих словах - названиях. Например, мор-ковь ( 2части); мор-ко-воч-ка (4 части).

Каждый ребенок называет слово ( свёкла, картофель, помидор, огурец, укроп).Определяет количество слогов, затем образует уменьшительно-ласкательную форму этого слова и вновь определяет количество слогов.

Витаминоед: Ну что ж, вы и в самом деле не только ловкие и смелые, но и вполне грамотные. Так и быть, я попробую начать делать зарядку, закаляться и заниматься физкультурой. И при этом буду продолжать есть свои любимые витамины. Кстати, о витиминах. Надеюсь, вы не забыли про салат? Можете срезать свою зелень.

(Отодвигаю ширму и достаю куклу Витаминоеда). Молодцы! Вы не только вспомнили, что нужно делать, чтобы быть здоровыми, но и объяснили это Витаминоеду. Теперь он тоже будет сильным и здоровым. (срезаю зелень, и нарезаю салат из овощей и зелени, затем пробуем салат).