Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад комбинированного вида №20 города Лабинска муниципального образования Лабинский район

**Конспект непосредственно – образовательной деятельности в старшей группе**

**на тему:**

**«Если хочешь быть здоров»**

Воспитатель: Гринько Г.Г.

г. Лабинск 2014 год

Направление: Познавательно-речевое

Образовательная область: «Познание»

Интегрированные образовательные области: «Познание», «Коммуникация», «Социализация», «Чтение художественной литературы», «Здоровье», «Безопасность».

Цель: Систематизировать знания детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

Воспитательные: Воспитывать в детях привычку к здоровому образу жизни.

Развивающие: Развивать активный словарь детей, связную речь, внимание, память, мышление, воображение.

Образовательные: Формировать навыки серьезного, бережного отношения к своему организму, желание выполнять различные упражнения, игры для профилактики различных заболеваний. Продолжать учить пользоваться туалетными принадлежностями.

Планируемый результат: Развитие у детей познавательных интересов, интеллектуального развития детей, расширение кругозора детей. Умение детей вести беседу по теме, отвечать на вопросы.

Методы и приемы: объяснение, вопросы, беседа, художественное слово, игра, загадки, гимнастика для глаз, пословицы и поговорки о хлебе, песня.

Наглядные средства обучения: Большая картина с изображением человека, картины (глаза, уши, зубы, полнота, сон), мелкие карточки для игры « В магазин», костюмы врача, клоуны, Грязнули, зубные щетки, мыло на каждого.

Предварительная работа: Наблюдение за выполнением различных процедур. Беседы о пользе умывания, ухаживания за телом. Чтение произведений К.Чуковского «Доктор Айболит», «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая».Заучивание с детьми стихов и песен М. Таратуты «Гигиена», В. Ивенина «Слово врача», «Умывальная», «Без воды нам никуда», « Без воды нам никуда». Игры с детьми « Что будет, если», «Магазин», «Живые витаминки», «Можно - нельзя», «Угадай вкус».

Словарная работа: Гигиена, гиена, калории, недуг, микробы, ушные раковины, зрение, организм.

Структура НОД

I. Орг. момент

II. Основная часть

1. Чтение стихов, сценка с Доктором Айболитом.

2. Беседа о здоровье

3. Гимнастика для глаз

4. Беседа о здоровье (продолжение)

5. Игра «Магазин»

6. Пословицы и поговорки о хлебе

7. Правила ухода за своим здоровьем

8. Песня «Умывальная»

III. Итог

**Ход**

Дети входят и встают полукругом.

**Воспитатель**: Дети, на сегодняшнем занятии мы поговорим о нас самих, о нашем здоровье, как его сберечь, чтобы расти крепкими и сильными и не болеть. Согласны?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** А теперь я вам загадаю загадку – стишок, а вы будьте внимательны:

«Хоть и маленького роста,

Уважают все его.

Зуб, глаза и нос так просто,

Он излечит от всего.

Он и в Африке, и дома,

Лечит деток и зверей.

Всем всегда окажет помощь,

Приходи к нему скорей!»

- Кто это?

*Дети отгадывают:* Доктор Айболит!!!

**Воспитатель**: - Правильно, это, конечно, доктор Айболит. И сегодня он должен прийти к нам на занятие, давайте срочно вызовем доктора.

- Вспомните, ребята, как можно вызвать доктора?

**Дети:** По телефону.

**Воспитатель:** Конечно, по телефону -03.

*Дети звонят, и приходит доктор Айболит.*

**Ярослав А.**

«Знаем, знаем доктора,

Рады мы ему!

Ведь не только в Африке

Лечит он зверей,

Он повсюду выручает

Маленьких детей.

На кровати рядом садит,

И живот больной погладит,

И зеленочкой помажет

И рецептик нам подскажет!»

**Богдан Б.:**

«И пришел наш Айболит,

С нами пусть поговорит:

Как совсем нам не болеть,

И здоровье заиметь!

Много бегать, крепко спать,

Аппетитом не страдать!

Умываться, закаляться

И болезней не бояться!»

**Доктор Айболит:**

«Вы должны знать, дети, сами,

Что лишь грязными руками,

Вы болезнь несете в рот,

А потом вы со слезами

Говорите горько маме

Что болит у вас живот» Так?

**Дети:** Нет.

**Доктор Айболит:** Тогда я сейчас узнаю, усеете ли вы беречь себя от болезней, что вы об этом знаете?

*Входит ребенок (подготовительная группа), он заплакан невеселый, закутанный по уши.*

**Доктор Айболит:** Что с тобой случилось дружок?

**Ребенок**:

У меня все болит, не хочется двигаться,

Руки и ноги не поднимаются,

В глазах темно, в ушах гудит.

**Доктор Айболит:** А все из-за того дружок?

**Ребенок**:

У меня все болит, двигаться не хочется,

Руки и ноги не поднимаются,

В глазах темно, в ушах гудит.

**Доктор Айболит:** А все из – за того, дружок,

Что голова твоя болит.

*Дети дают ему совет: раздеться, гулять на воздухе, бегать и играть. Дают ребенку витаминку, он уходит.*

**Д.Айболит** показывает картину, на ней изображен человек.

*Дети показывают и называют части тела*.

**Доктор Айболит:** Все части нашего организма связаны, если заболит что – то одно, то плохо всему организму. Поэтому беречь надо все.

*Вносит рисунок (картина – глаза).*

**Доктор Айболит:** Чего не хватает девочке на рисунке?

**Дети:** Глаз.

**Доктор Айболит:** Правильно, глаз. А без глаз не обойтись ни животным, ни птицам, ни человеку. – Вот здесь изображен орел (показывает рисунок). У него самое хорошее, острое зрение, потому – что он летает очень высоко, и может далеко внизу заметить свою добычу. А вот это?

**Дети:** Сова.

**Доктор Айболит:** Да, сова (показывает рисунок). У нее глаза особенные, они очень хорошо видят ночью, поэтому она охотиться ночью, а днем спит.

- А это заяц! (показывает рисунок). Его назвали «косым», знаете почему. Да, его глаза могут поворачиваться по сторонам, это помогает ему вовремя заметить опасность.

Скажите, для чего нужны глаза животным?

**Дети:**

1. Чтобы видеть добычу.

2. Замечать вовремя опасность

**Доктор Айболит:** А для чего нужны глаза человеку?

**Дети:**

а) чтобы видеть друг друга

б) красоту природы, людей,

в) смотреть телевизор,

г) читать, смотреть книги,

д) видеть вещи, предметы

**Доктор Айболит:** Да, ребята, если заболят наши глаза, мы не сможем всего этого увидеть. Поэтому мы должны беречь свои глаза, заботиться о них. А как?

**Дети:**

а) не трогать грязными руками,

б) не бросать в глаза песок, камушки,

в) не смотреть долго телевизор,

г) не смотреть книжки в темноте, в автобусе.

**Доктор Айболит:** А вы знаете, кто помогает охранять наши глаза от пыли, ветра, мелких соринок

**Дети:** Брови, реснички, веки, слез.

**Доктор Айболит:** А если все – таки в глаза попал песок?

**Дети:** Мы должны помыть глаза теплой водой!

**Доктор Айболит:** Чтобы наши глаза отдохнули, давайте сделаем гимнастику для глаз.

*(дети стоя выполняют упражнения).*

1. Зажмурить – подержать – открыть 4 раза,

2. Погладить веко кончиками пальцев 3-4 раза,

3. Круговые движения глазами:

налево – вверх – направо – вниз,

направо – вверх – налево – вниз 8-10 раз,

4. Палец перед собой, подвигать к носу и отодвигать обратно.

5. Долго смотреть в одну точку.

*Рассматривает рисунок, где изображены – уши*

*Д.Айболит спрашивает, чего не хватает у мальчика на рисунке. Говорит, что уши очень важная часть организма*

**Доктор Айболит:** Самые большие уши у слона, они очень чуткие. Хорошо слышат олени, лоси косули (показывает рисунок). Это помогает им спасаться от опасности.

- А человеку не надо ни от кого спасаться. Для чего нужны уши человеку?

Звучит легкая музыка, пение птиц – запись.

**Дети:**

1) Чтобы слышать, что говорят,

2) Слушать музыку,

3) Пение птиц,

4) Как шелестят листья,

5) Журчат ручейки,

6) Гудят машины и автобусы.

**Доктор Айболит:** Молодцы! Без ушей наша жизнь станет скучной, неинтересной, поэтому вы должны уметь заботиться о них, беречь их.

**Дети:**

1) не ковырять в ушах,

2) не засовывать в уши, какие – то предметы

3) беречь от сильного ветра (шапки)

4) о попадания воды

5) не слушать слишком громкую музыку

6) не дергать за уши

**Доктор Айболит:** А самое главное правило, какое?

**Дети:** Мыть уши теплой водой и вытирать полотенцем.

**Доктор Айболит:** Посмотрите, ребята, у меня здесь кого только нет (подходит к стенду).

Дети рассказывают об акуле, крокодиле, тигре, корове.

Вносится 3 рисунок – картина с изображением зубов

**Доктор Айболит:** Как вы думаете, что случилось с этим человеком! Да, сразу видно, у него болят зубы, вот он какой не веселый. Что же делать, чтобы уберечь наши зубы?

**Дети:**

1) не есть много сладкого,

2) не грызть орехи,

3) не пить горячий чай после мороженного,

4) полоскать рот после еды, чистить зубы перед сном, чтобы удалить остатки пищи.

*Д.Айболит дарит детям зубные щетки, дети рассказывают, как надо чистить зубы.*

Убираем пищу с верхних зубов сначала с внешней, а потом с внутренней стороны прямыми движениями.

Тоже с нижних зубов.

Затем проводим щеткой по всем зубам.

Обязательно хорошо прополощем.

*Дети подводят итог: здоровые зубы нам нужны, чтобы кушать.*

*Вноситься 4 рисунок, на нем изображен полный мальчик.*

**Доктор Айболит:** Посмотрите, ребята, что не так у этого мальчика?

**Дети:** Он полный.

**Доктор Айболит:** Да, наверное, он много кушал и стал таким. Ребята, а полнота – это тоже болезнь.

**Дети:** Да.

**Доктор Айболит:** Правильно. Полные люди не могут быстро ходить, прыгать, наклоняться. Чтобы не стать полным, вы должны правильно питаться. Почему?

**Дети:**

1) Не передать

2) Не есть перед сном

3) Есть только полезные продукты

**Доктор Айболит:** Молодцы! Знаете!

**Доктор Айболит:** Вот вы мне сейчас и покажете, как умеете выбирать полезные продукты.

**Игра «Магазин»**. Дети покупают продукты (карточки с рисунками) и потом рассказывают.

Овощи, фрукты – много витаминов, полезных для организма.

Молочные продукты – много питательных веществ, которые помогают быстро расти.

Мясные продукты – дают силу.

Рыбные продукты – крепче кости, ноги быстрее будут бегать.

**Доктор Айболит:** Дети, а что мы забыли? Что самое главное на столе?

**Дети:** Хлеб.

*Вспоминаем пословицы и поговорки о хлебе:*

Нет хлеба, нет обеда

Плох обед – если хлеба нет

Хлеб – всему голова

Хлеб – батюшка, вода – матушка

**Доктор Айболит:** Я хочу загадать вам загадку: сидит дед, во сто шуб одет, кто его раздевает, тот слезы проливает.

**Дети:** Лук.

**Доктор Айболит:** Что же вы никто не купили лук? А знаете, почему от него плачут?

**Дети:** Он очень сильно пахнет, глаза слизятся, его очень бояться микробы, лук их отгоняет своим запахом.

**Доктор Айболит:** А теперь посмотрите на эти картинка (рисунки). Что они делают? Спят. (Тихо)

Собака – калачиком

Лошадь – стоя

Рыбы – не двигаясь в воде

Летучая мышь – вниз головой

А медведь, вообще, целую зиму, спит.

Д.Айболит рассказывает, что во время сна организм отдыхает, набирает силу на следующий день. А чтобы лучше отдохнуть, сон должен быть спокойный, крепкий, поэтому перед сном нельзя:

**Дети:**

есть перед сном, много пить,

бегать, прыгать,

смотреть страшные фильмы,

слушать громкую музыку,

много смеяться.

*Стук в дверь. Входит грустный маленький клоун (подготовительная группа)*

- Кто ты такой?

- Я маленький клоун.

- Нет, не похож ты на клоуна, клоуны бывают веселые, а у тебя печальный вид.

- У меня печальный вид, голова моя болит, я чихаю, я охрип, у меня наверно грипп!

**Доктор Айболит:** Грипп! Это плохо!

- Вот тебе повязка, чтобы не заразил наших детей, наши дети гриппом не болеют. Не болеют? Почему?

*Дети перечисляют:*

1. Мы закаляемся, умываемся

2. Любим много бегать, играть,

3. Гулять на свежем воздухе,

4. Любим физкультуру,

5. Пьем сок лимона

6. Носим кулончики с чесноком

Это помогает нам бороться с болезнями. Дарим кулончик клоуну, весело танцует с ним.

*Вбегает Грязнуля. (Все садятся)*

- Ой, спасите, помогите

Выручайте вы меня,

Я и мыла и мочалок – опасаюсь как огня.

**Доктор Айболит:**

Ты, Грязнуля, погоди

К нам, конечно, заходи

Руки, ноги покажи,

Что случилось – расскажи!

Посмотри ты на себя

Ты грязнее, чем свинья.

И под носом тоже грязно,

Выглядишь ты безобразно!

Ну – ка быстро умываться!

**Грязнуля**:

Нет, не буду умываться,

Я таким хочу остаться!

**Доктор Айболит:**   Ну, скажи нам, почему?

**Грязнуля:** Не умею, я боюсь, от воды я простужусь.

Дети говорят, что наоборот, если не мыться, то заболит:

Живот

Кожа

Болячки на руках и ногах

Лицо будет шелушиться

**Доктор Айболит:** Вот послушай, Грязнуля, сколько раз наши дети умываются

**Дети:**

Утром, вечером

До и после еды

После игр, занятий, прогулок

После туалета

После сна

*Дети все вместе умывают Грязнулю.*

**Ангелина Б.:**

Что такое гигиена,

Знают кошка и гиена,

Бурый мишка, мишка белый

Еж, собака и пчела,

Что всегда не грех помыться

Вымыть лапы и копытца,

Ну а после можно смело

Приниматься за дела!

*Дети поют песню «Умывальная» с движениями.*