**Конспект организованной образовательной деятельности в старшей группе по познавательному развитию с элементами ЗОЖ
Тема: “Пейте, дети, молоко – будете здоровы”**

 ***Цель:*** развитие познавательной активности у детей через ознакомление с витаминной ценностью молока, влияние его на состояние здоровья.

***Задачи***

***образовательные:*** развивать познавательный интерес, мыслительную активность, познакомить с витаминной ценностью молока,
 уточнить знания детей о разнообразии продуктов молочного происхождения;
 ***воспитательные:*** воспитывать в детях понимание того, что здоровье - главная ценность дарованная человеку природой, желание заботиться о своём здоровье, воспитывать положительное отношение к молоку и молочным продуктам, воспитывать сознательную установку на здоровый образ жизни, желание заботиться о своем здоровье;
***развивающие:*** развитие двигательной активности и формированию физических качеств, развитие связной речи,активизировать словарный запас, развивать умение выражать свои мысли и чувства;

предложить продолжить работу по созданию рецептов молочных коктейлей и придумать им название в совместной с родителями деятельности.
***оздоровительные:*** самомассаж,зарядка под песню «Зарядка**»,**

дыхательная игра –соревнование «Мычалки».
***Раздаточный материал****:* стаканы с молоком, коктейльные трубочки, чайные ложки на каждого ребёнка, салфетки; зеркальца на каждого ребёнка, кувшин с молоком, розетки с вареньем, джемом из клубники, малины, сливы, миксер, большой кувшин; «коврик – полянка», «капельки молока» на каждого ребёнка, цветные карандаши, мультфильм «Разноцветное молоко» В. Орлова.

***Демонстрационный материал****:*вывеска: «Кафе Здоровая семейка», проектор, экран. Аудиозапись песни «Тридцать три коровы».

***Предварительная работа****:* рассматривание иллюстраций «Молочные продукты»;
просмотр мультфильма «Трое из Простоквашино»;
беседа с детьми о животных, о том, что они вскармливают своих
детенышей молоком, о том какие животные дают молоко людям;
участие в проекте «Будем здоровы!»

разучивание пословиц и поговорок о здоровье;

***Интеграция образовательных областей:*** познавательное развитие, физическое развитие, речевое развитие.**Ход занятия:
Воспитатель**: Ребята, как много у нас гостей, подойдем, поздороваемся.
А знаете, вы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Русская народная поговорка говорит: “Здороваться не будешь, здоровья не получишь”. Коммуникативная игра «Здравствуй!»
Дети встают в круг и поочерёдно пропевают фразу, называя имя ребёнка, которому передают мячик: «Здравствуй, Серёжа!» и т.д.
**Воспитатель:**Расскажу я вам старую легенду: «Давным-давно, на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек.
Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов.**Воспитатель**: Значит здоровье - то оказывается спрятано и во мне, и в тебе, и в тебе….. в каждом из нас. Каждый из вас видит себя - самое дорогое, что есть на свете. Сегодня мы с вами в игровой форме повторим, из чего же состоит тело человека. Повторяйте за мной и показывайте то, о чем мы будем говорить.

* Головушка - солнышко. (*гладят голову)*.
* Лобик - бобик (*набычиваются*).
* Носик – абрикосик (*закрывают глазки и пальцем дотрагиваются до кончика своего носа*).
* Губки - голубки (*вытягивают губы в трубочку*).
* Щёчки-комочки *– (трогают пальцами щёчки, осторожно их трут ладонями).*
* Глазки – краски (*раскрывают пошире глаза - смотрят на мир, любуясь его красотой*).
* Реснички - сестрички (*моргают глазами).*
* Ушки - непослушки (*трут тихонько пальцами свои уши*).
* Шейка - индейка (*вытягивают шею*).
* Плечики - кузнечики (*дергают плечами вверх-вниз*).
* Ручки - хватушки (*имитируют хватательные движения).*
* Грудочка - уточка (*грудь колесом*).
* Пузик - арбузик (*вытягивают живот вперед)*.
* Спинка - тростинка (*выпрямляют спину*).
* Ножки - сапожки (*топают ногами).*

**Воспитатель**: Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Послушайте себя. Что значит быть здоровым? А как ты считаешь? А ты здоров? Почему?
Вопрос: Ребята, скажите, пожалуйста, какого человека вы считаете здоровым? (Ответы детей).
Ребята, а вы умеете беречь своё здоровье? Что вы делаете, чтобы быть здоровыми? (Подсказка - я каждое утро делаю зарядку и умываюсь холодной водой.)
Вопрос: А как ты (имя ребёнка) заботишься о своём здоровье? Расскажи нам (имя ребенка), как ты бережёшь своё здоровье? Молодцы! Я рада за вас, вы умеете заботиться о своём здоровье!

*Дети выполняют зарядку под музыку.*

Здоровью цены нет, только сам человек должен научиться беречь свое здоровье. Молодцы! Я рада за вас, что вы умеете заботиться о своем здоровье.
Я подарю вам один из секретов здоровья. Это полезный чудодейственный напиток, который называется…
А вот как он называется, вы догадаетесь сами.

***Приглашаю вас в кафе «Здоровая семейка».***(*Дети становятся вокруг стола, на котором расставлены розетки с разным джемом, вареньем; стоят стаканчики с молоком с коктейльными трубочками накрытые салфетками; лежат ложечки)***Воспитатель.** Ребята, скажите мне, пожалуйста, как узнать что в стаканчиках под салфеткой? (предложения детей, пробуют на вкус через трубочки для коктейля)
Кто догадается, скажите мне на ушко. А теперь давайте дружно вместе скажем, что напиток здоровья – это молоко.
Молоко дает человеку силу, красоту, здоровье потому что в нем есть витамины: фосфор и кальций, которые укрепляют кости, зубы, ум, иммунную систему.
Ребята, так чем богато молоко? (ответы детей)
Из молока делают много молочных продуктов.

**Д/и «Цепочка слов»**Сливки - .....масло, простокваша, кефир, йогурт, сметана, мороженое, ряженка.

**Воспитатель:** Молодцы, запомнили, чем богато молоко?
В молоке полезных много витаминов и веществ.
Пейте молоко, парное чтобы кариес исчез.
Чтобы кости были крепки, не болела голова.
Настроение, чтобы было превеселое всегда!
**«Дыхательная игра – соревнование Мычалки»**
Ребята нужно пить молоко чтобы быть здоровым, и правильно дышать как это делают коровы «мычат» попробуйте и вы наберите побольше воздуха в лёгкие, закройте рот, и тихонечко произнесите звук «М», а я буду считать, сколько секунд вы промычите. Кто дольше может промычать, у того лучше развита дыхательная система.
**Воспитатель:** О каком же секрете здоровья вы сегодня узнали? Правильно! “Пейте, дети молоко, будете здоровы”.
**Воспитатель:** Вот какая длинная цепочка у нас получилась. А кто из вас пил молочный коктейль? А сами пробовали его готовить? Я предлагаю вам его приготовить – это очень интересно. Давайте подойдем к столу.
Итак, основной продукт молочного коктейля – это молоко.
Что нужно сделать, чтоб получился коктейль? (ответы детей)
**Воспитатель:** Правильно, можно добавить мороженое, варенье, джем.

Приступайте к работе.
**Воспитатель:** Что … добавила? С чем ты … смешал молоко? Какой красивый цвет получился, поделись … своим рецептом.
**Воспитатель:** Я назову свой коктейль «Румяные щечки», придумайте и вы название своему коктейлю. (Дети предлагают свои варианты)
**Воспитатель:** А кому из животных мы можем сказать спасибо, за то, что дают молоко.
(ответы детей)
**Воспитатель:** Ребята, а скажите, каким цветом молоко? Молоко то не белое, а разноцветное. Вы мне верите? (ответы детей)
Бегите на полянку.
(дети рассаживаются перед ширмой на «коврик – полянку»)

**Рефлексия.**Для всех детей раздаются листки, на которых нарисованы капельки молока с рожицами, но рожицы не дорисованы. Дорисуйте ваше настроение на рожицах: если вам игра понравилась, то нарисуйте улыбку, если нет то грустную рожицу.
Всем спасибо за игру! для вас у меня есть подарок Фильм про «Цветное молоко» Орлова Владимира.