**Познавательное занятие Тема: «Где прячется здоровье?»**

Цели и задачи:

Формировать у детей культуру сохранения и укрепления собственного здоровья;

- Дать представления о духовно -нравственных основах здоровья, о зависимости здоровья от двигательной активности, чистоты тела;

-Формировать логическое мышление;

- Развивать познавательный интерес;

- Воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценности собственной жизни.

Материал: Презентация "О здоровье людей", модель солнца с лучиками.

Методические приёмы: Беседа, художественное слово, исследовательские действия, использование наглядности, физкультминутка.

Активизация словаря: дыхание, физические упражнения, чистота, воздух.

ход занятия

Ребята давайте сейчас поздороваемся друг с другом (Дети здороваются). Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: «здравствуйте! " Это значит -здоровья желаю.

Воспитатель: Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков. Эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма.

Первый лучик вашего здоровья- это физические упражнения, занятия утренней гимнастикой и т. д. Берём лучик от солнца, проводим беседу с детьми о пользе занятий физическими упражнениями, гимнастикой, о пользе игр на свежем воздухе.

Чтобы узнать, как называется второй лучик нашего здоровья, я покажу вам фокус. Возьмите по бутылочке и загляните во внутрь. Что там лежит?

Дети: ничего нет

Воспитатель: А сейчас опустите бутылочку в ёмкость с водой и нажимают на них.

Воспитатель: Что за пузырьки?

Дети: Это воздух.

Воспитатель: А сейчас послушайте стихотворение:

"Без дыханья жизни нет,

без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

дышим он, и я, и ты. "

Ребята значение чистого воздуха для нашего здоровья очень велико.

Физминутка: "Хома-хомячок"

А сейчас третий лучик расскажет, почему нужно содержать своё тело в чистоте.

Просмотр презентации" О здоровье людей".

Беседа с детьми в процессе просмотра презентации. Недаром говорят: "Чистота - залог здоровья".

Ну а сейчас посмотрим, что написано на следующем лучике. Дети берут следующий лучик, воспитатель читает пословицы о здоровье:

"Здоровье дороже богатства"

"Береги платье снова, а здоровье смолоду;

"Труд-здоровье, лень-болезнь".

Воспитатель: Как вы понимаете эти пословицы?

Дети: Нужно беречь своё здоровье.

Воспитатель: Ребята, посмотрите на модель солнышка у нас остался неоткрытым только один лучик "Полезная еда".

Воспитатель: Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов (ответы детей) .

Воспитатель: Правильно. И пословица есть такая: «Чеснок и лук - от всех недуг". Очень полезно принимать в пищу лук, чеснок, лимон, мёд.

На прощание я хочу вам пожелать: Будьте Здоровы!

Хотите быть здоровыми-подружитесь с физической культурой, чистым воздухом и здоровой, полезной пищей.