Конспект.

Непосредственно образовательная деятельность старший возраст

по ОО: «Это моё здоровье!»

Воспитатель: Варламова Н.В.

**Задачи:**

**Образовательные задачи**:

- учить высказывать и обосновывать свои суждения, строить простейшие умозаключения;

- активизировать познавательный интерес;

- формирование умственных операций, связанных с овладением фразовой речью – умений соотносить содержание фразы-высказывания с предметом и темой высказывания.

**Коррекционные задачи**:

- обогащение зрительных представлений;

- развитие внимания;

- стимуляция познавательной активности (задания на поиск);

- создание условий для полноценного взаимодействия через систему специальных игр упражнений;

- включение в предметно-практическую деятельность мыслительных операций;

- развитие наглядно-действенного и наглядно-образного мышления за счет обучения приемам умственных действий (анализ, синтез, сравнение, обобщение, группировка и т.д.);

- развитие направленного восприятия речи педагога и внимания детей к речи сверстников;

- формирование навыков самоконтроля и самооценки.

**Воспитательные задачи**:

- воспитывать здоровье сберегающее сознание детей, включающее в себя элементарные знания о своем организме, стремление заботиться о собственном здоровье, вести здоровый образ жизни;

- формировать осознанную потребность в физическом здоровье, понимание сущности здорового образа жизни.

- продолжать учить осознанно подходить к своему питанию, уточнять знания о витаминной ценности продуктов;

**Образовательные области**: «Здоровье», «Познание», «Коммуникация», «Физическая культура», «Социализация»

**Предварительная работа:** Беседа о формировании здорового образа жизни. Чтение литературы:

А. Барто. «Девочка чумазая», К. И. Чуковский. «Мойдодыр». Загадывание и отгадывание загадок. Беседа о пользе витаминов, соблюдение культурно-гигиенических навыков, заниматься спортом.

**Оборудование и материал**: мультимедийный проектор, компьютерная презентация «Витамины в продуктах», «Микробы», книга «Азбука здоровья», корзинки с буквами, указывающими на группы витаминов( А, В, С); муляжи фруктов и овощей, предметные картинки; - витамины, доктор, спорт, , режим дня, продукты питания.

**Ход занятия**

**Педагог**; Ребята. посмотрите на столе лежат –Гантели, мяч, скакалка.

- Кто это всё принёс нам?

- Зачем надо нам эти вещи?

**Ответы детей.**

Правильно.

**Педагог**;-Для спорта.

Садитесь на коврик .

Расскажу я вам старую легенду**:**  «Давным-давно, жили люди, которых называли –богатыри»

А, вы слышали про таких людей.

**Ответы детей**:

**Педагог**; Каким должен быть богатырь?

**Ответы детей.**

 **Педагог**; Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в тебе, и в тебе), в каждом из нас.

**Педагог**:Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми?

**Ответы детей**.

Педагог; Значит , чтобы быть здоровым надо быть сильным? Правильно!

А поможет нам ответить на этот вопрос «Врач».

1. Питание
2. Режим дня
3. Спорт

 

**1.ПИТАНИЕ**

**Педагог**.Ребята посмотрите нам письмо от Незнайки..

Педагог показывает картинку « не полезная еда».

Педагог; ребята, Незнайка хочет нам помочь.

Прислал нам картинку, где нарисовал, полезную еду?

 Нам надо это кушать?

Ответы детей.

Педагог; Какая еда полезная?

Ответы детей.

Педагог, правильно. Ребята , давайте расскажем Незнайке, где спрятались витамины..

Педагог ; -предлагаю вам сыграть в игру.

Дидактическая игра ; **Где спрятались витамины?**

Цель: закрепление представления о группах витаминов, их значении и пользе для здоровья.

Материал: корзинки с буквами, указывающими на группы витаминов( А, В, С); муляжи фруктов и овощей.

 Описание: предложить разложить муляжи по корзинам с соответствующей группой витаминов.

**Педагог**; молодцы!

 **Педагог**: Какие части тела вы знаете? (картинка)

**Вопрос** - вы узнаете, какие витамины , нужны нам?

**Ответы детей**

**Презентация витаминов**

**2.Режим дня**

**Педагог.** Молодцы. Посмотрите на экран, что показывает доктор-Будильник.

Зачем нужен нам будильник?

**Ответы детей.**

Педагог:. Вспомним, на какие части делиться день? (Весь день делится на; утро.день.вечер**.)**

Дидагтическая игра; « Что сначала - что потом (режим дня)»

Цель: закрепление представления о том, что соблюдение правильного режима дня полезно для здоровья.

Материал: сюжетные картинки с изображением действий, характерных для определенного периода суток.

Описание: предложить детям разложить картинки в правильной последовательности, объяснить свой выбор.

Ответы детей.

**3.СПОРТ**.

**Педагог**, Каких вы людей считаете сильными? А твой папа сильный? А ты сильный? А где находится ваша сила? (Ответы детей).

**Педагог**: Давайте проверим, много ли силы в ваших руках.

Предложить детям по-очереди поднять гантель(1 кг.)

Какие вы молодцы.

Расскажите мне, пожалуйста, что надо делать , чтобы руки стали сильными?

Ответы детей.

Ребята, а теперь вы все вместе покажите, как вы тренируете мышцы своего тела (выбегайте, вставайте в круг)

Физминутка

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «А теперь на месте шаг»А теперь на месте шаг.Выше ноги! Стой, раз, два!(Ходьба на месте.)Плечи выше поднимаем,А потом их опускаем.(Поднимать и опускать плечи.) | Руки перед грудью ставимИ рывки мы выполняем.(Руки перед грудью, рывки руками.)Десять раз подпрыгнуть нужно,Скачем выше, скачем дружно!(Прыжки на месте.) | Мы колени поднимаем –Шаг на месте выполняем.(Ходьба на месте.)От души мы потянулись,(Потягивая – руки вверх и в стороны)И на место вновь вернулись.(Дети садятся.) |

Педагог. Ребята давайте ещё раз поиграем.

**Дидагтическая игра: «Назови спортсмена»**

 Цель: воспитание уважительного отношения к спортсменам, развитие умения различать и называть виды спорта.

 Материал: картинки с изображением спортсменов.

 Цель: воспитание уважительного отношения к спортсменам, развитие умения различать и называть виды спорта.

 Описание: дети играют в парах. Один берет картинку с изображением спортсмена и движением показывает заданный вид спорта, другой - отгадывает. Затем игроки меняются местами.

Ответы детей.

Молодцы Дети, понравилось вам наше путешествие с доктором?! Ребята вы прошли путь здорового человека. Теперь вы знаете всё о здоровье.

Что вам больше всего запомнилось?

Мне тоже понравилось с вами путешествовать, вы так много знаете о том, как беречь здоровье, умеете и дружно играть.

Молодцы! Спасибо вам!