**Конспект образовательной деятельности «Волшебное зеркало»**

**Подготовительная к школе группа**

**Цель:** сформировать у детей желание вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой, проводить закаливающие процедуры.

**Задачи:**

1. Закрепить ранее полученные знания по сохранению и укреплению здоровья
2. Воспитывать познавательный интерес, активизировать речевое общение
3. Развивать интерес к здоровому образу жизни, к значению спорта в жизни человека.

**Методические приемы:** беседа, использование наглядного материала, игровой момент, оздоровительная минутка.

**Материал:** интерактивная доска, проектор, компьютер, тонированная бумага, карандаши на каждого ребенка.

**Предварительная работа:** привитие детям гигиенических навыков, беседы о пользе зарядки, чтение художественной и познавательной лиературы по теме (К.И.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», «Айболит», А.Л.Барто «Девочка чумазая» и др.), рассматривание иллюстраций, просмотр видеофильмов

**Ход образовательной деятельности:**

В.: Доброе утро, уважаемые гости! Мы рады видеть Вас в нашей группе! Ребята, пожелайте доброго утра гостям!

Дети…

( приглашаю детей подойти поближе к зеркалу):

В.: **Свет мой, зеркальце, скажи,**

**Правды путь мне укажи.  
 ЧТО на свете всех дороже,**

**Всех милее и пригоже?** ПАУЗА! (повтор 2 раза)  
обращаюсь к детям: Молчит зеркало….А может вы мне поможете найти ответ на этот вопрос «**Что** всех милее и дороже?»

Ответы детей ……

**ребята, не КТО, а ЧТО – и это ЗДОРОВЬЕ!**

В.: Только ли к чел – ку относится понятие Здоровье?

Дети: Животные, растения…..

В.: А как часто мы употребляем слово Здоровье? Только ли когда спрашиваем заболевшего чел-ка о его самочувствии?

Ответы детей (при встрече, поздравлении…)

В.: Правильно, ребята! Какие же вы у меня молодцы!

В.: «ЗДРАВСТВУЙТЕ!» - это слово ВОЛШЕБНОЕ…Да! Да! Не удивляйтесь, волшебное!

В.: А сейчас давайте все вместе повернемся к нашим гостям и от всей души пожелаем им здоровья!!!!! (видите, как облако доброты и теплоты направляется к нашим гостям?)

**Встанем в круг!!!**

Каждый день мы здороваемся друг с другом, желаем здоровья при поздравлении. А совсем недавно я прочитала, что слово «Здравствуйте» связано со словом «дерево»…? Интересно, не правда ли? Когда – то давно люди, произнося слово «Здравствуйте», желали другим быть здоровыми, крепкими, могучими как дерево дуб. И теперь, когда мы произносим это слово, желаем человеку быть Здоровым, Крепким, Сильным.

**- Здравствуйте! – Ты скажешь человеку**

**- Здравствуй, - улыбнется он в ответ.**

**И, наверно, не пойдет в аптеку**

**И здоровым будет много – много лет!**

**«Здоровье ни за какие Деньги НЕ купишь!» - это самое ценное в жизни!!!!**

В.: В народе говорят: **«Здоровому все здорово!» Как вы считаете, что значит Здорово!**

Дети : Хороший аппетит, сон, человек Всему рад……..!

В.: Обратите внимание, ребята, на эти изображения… Вы знаете кто это? А я знаю – ЭТО ФЫРКИ и ЗДРАСТИКИ (исп. Интерактивной доски)

Подумайте, КТО из них КТО?!!  
дети: (хмурые – фырки, улыбчивые, радостные – здрастики)

В: Как вы считаете, влияет ли на здоровье человека его настроение, внешний вид? Каким образом?

Ответы детей………….

В.: Молодцы! И настроение, и внешний вид и даже Окружающая обстановка влияют на самочувствие чел – ка… (акцент на одежде детей, прическах, группа «Улыбка»!!!!!!!!!!!!!!!)

ОБЕЩАЙТЕ, что ВСЕГДА будете следить за своим внешним видом!!!!!!!!!

Бытует мнение, что крепких, сильных, редко болеющих детей называют ЗДОРОВЯКАМИ! А у нас в группе есть Здоровяки? Что они делают, чтобы стать такими?  
Дети: зарядка, спорт (плавание), закаливание (Крокодил), гимнастика после сна….

В.: ЧТО ЗНАЧИТ ОХРАНЯТЬ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ – об этом мы с вами сейчас и поговорим………..Присаживайтесь в круг на ковер.

(одеваю дидактическую Юбку)

Эта Замечательная ЮБКА поможет нам во многом разобраться:

1. Первое задание – загадка:

Что помогает девочкам всегда быть в форме? (скакалка)

Что нужно будущим мужчинам, чтобы нарастить мышцы? (гантели)

**Каждое утро мы ОБЯЗАТЕЛЬНО** делаем **ЗАРЯДКУ!!!**

Наша речевка: **«Здоровье в порядке – Спасибо Зарядке!»**

1. Посмотрим какие сюрпризы припрятаны в следующем кармане!

**Лёг в карман и караулит**

**Рёву, плаксу и грязнулю,**

**Им утрёт потоки слёз**

**На забудет и про нос!** (носов платок)

**Ускользает, как живое,**

**Но не выпущу его!**

**Белой пеной пенится**

**Руки мыть не ленится!** (мыло)

В.: Что ещё помогает нам в том, чтобы быть аккуратными?

Расчёска, зубная паста, щётка…, влажные салфетки…!

В.: И все это….? Предметы **ЛИЧНОЙ** гигиены! А вы знаете, почему они так называются ? Личной гигиены

Ответы детей

Правильно! Никому нельзя давать свои Личные предметы гигиены и вещи!

В.: Ребята, а знаете ли вы поговорку о чистоте?  
**«Чистота – залог здоровья!»**

Как вы думаете, соблюдение чистоты положительно сказывается на здоровье? (проветривание, влажная уборка)

В.: Может кто – то из вас вспомнит литературные произведения о борьбе с грязью?

Дети: «Мойдодыр», «Федорино горе» (Чуковский), «Девочка чумазая» (А. Барто)

1. В.: Человек – часть природы! А природа помогает заботиться человеку о своем здоровье? **КАК?** (прогулки)

Подумайте и ответьте, природа влияет на наше настроение??? КАК? (пение птиц, наблюдение за красотой природы)…

А в борьбе с болезнями можем мы рассчитывать на помощь матушки – природы или только на докторов и лекарства??????

Коробочка **«Плоды ШИПОВНИКА»** в кармане юбки,

Многообразие лекарственных растений: зверобой, календула, крапива, облепиха, подорожник….. и многие другие.

В.: Молодцы, ребята! Я надеюсь, вы все запомнили?

Мы говорили и гигиене, спорте, закаливании….А что ещё должен делать человек, чтобы сохранить здоровье?

ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ!!!!!!!!

Давайте разберемся и в этом вопросе!

Я предлагаю ИГРУ «Контрольная Закупка»

Нужно разделиться на 2 КОМАНДЫ, выбираем капитанов. ГОТОВЫ? Слушаем задание

**ИГРА «Контрольная Закупка»**

Вы должны выбрать из набора продуктов, посовещавшись:

1-я команда\_\_\_\_\_ полезные (на ваш взгляд)

2-я команда\_\_\_\_\_вредные продукты.

Затем подведем ИТОГИ и ОБСУДИМ!

Активное обсуждение (ТРИЗ)

В.: Отлично справились с задачей! НЕ ЗАБУДЬТЕ – НЕ ВСЁ, ЧТО ПРОДАЮТ – ПОЛЕЗНО!

**(присаживаемся на стулья)**

Мы ЗАБОТИМСЯ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ С САМОГО РАННЕГО ВОЗРАСТА.

А ЧТО МОЖЕТ ПОВРЕДИТЬ ЗДОРОВЬЮ ЧЕЛОВЕКА?

Дети: вредные привычки!

В.: КАКИЕ?

Дети: курение, алкоголь….

В.: А я помню, как некоторые грызли ногти, ковырялись в носу----вредно ЭТО для здоровья? Как Настя думаешь?

Настя:………..

В.: все согласны? Будем следить за собой? Отлично!

Давайте вспомним известные нам пословицы и поговорки о ЗОЖ:  
**В здоровом теле – здоровый дух**

**Здоровье дороже богатства**

**Здоровье сгубишь – новое не купишь**

**Чеснок да лук от семи недуг**

**Чистота – залог здоровья**

**Иногда приходится обращаться за помощью…К докторам («АЙБОЛИТ»!)**

В.: Молодцы, ребята! Мне очень хотелось, чтобы вы ЭТО не забывали!

**Подойдите ко мне (достаю вязаный цветок)**  
Я связала цветок и назвала его ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ!

**Солнце,** **воздух и вода** - наши лучшие **друзья**

**Сон, питание, дыхание** и о здоровье **наши знания!**

Вот такой цветок здоровья у меня получился!

Понравился он вам?

Я РАДА!

Вот видите, мы и без волшебного зеркала разобрались что такое ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА и КАК ЕГО ОХРАНЯТЬ!

Ребята, что вы сегодня узнали НОВОГО?

Что вам особенно запомнилось?

В заключении я хотела бы предложить нарисовать свой портрет «Я ЗДОРОВ!». Звучит песня «Закаляйся!» исполняем хором, с движениями!  
СПАСИБО ВАМ, РЕБЯТА, БОЛЬШОЕ!!! БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!