МБДОУ детский сад №41 «Чебурашка»

Конспект открытого занятия в подготовительной группе

 Подготовила: воспитатель

 подготовительной группы

 Гостенина О.Н.

Мытищи 2012

 Познавательное развитие в подготовительной группе.

**Тема:** Путешествие в город Здоровья.
*Цель:* Помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких
культурно – гигиенических навыков.

*Интеграция образовательных областей*:
«Здоровье»
«Коммуникация»
«Музыка»
«Познание»

**Задачи:**
*Образовательные:*• Обобщить и расширить знания детей о полезных продуктах, о взаимосвязи здоровья и питания.
• Обогатить и активизировать речь детей по теме.
• Продолжать учить анализировать, делать выводы.
• Упражнять в выполнении образно-игровых движений, отражающих содержание текста.

*Развивающие:*• Продолжать развивать коммуникативные навыки через практическое овладение детьми диалогической формы речи.
• Формировать знания о значении и необходимости гигиенических процедур; развивать желание следить за своим здоровьем.
• Развивать у детей ритмический слух.

*Воспитательные:*• Доставить детям удовольствие, воспитывать желание быть здоровым, понимать важность хорошего настроения для здоровья человека.

*Словарный запас:* витамины, А, В, С, Д, личная гигиена, полезные продукты, здоровый образ жизни, витаминный чай, лекарственные травы, зверобой, ромашка, шиповник, чабрец, мята.

*Материал:*- карта-схема игры-путешествия;
- макет поезда для воспитателя;
- дидактическая игра «Чудо-дерево»;
- карточки для игры «Чудо-дерево»;
- спортивный инвентарь (прыгалки, мячи, массажные дорожки, обручи, канат);
- чудесная полянка (солнышко, облака, шары, цветы на полу);
- виды трав (зверобой, шиповник, ромашка, чабрец, мята);
- домик Айболита, шары, цветы, корзина с фруктами, зверюшки;
- музыкальный материал, запись «Зверобики».

**В**. - Кто-то бросил мне в оконце,
Посмотрите, письмецо.
Может это лучик солнца,
Что щекочет мне лицо?
Может это воробьишка,
Пролетая, обронил?
Может кот письмо,
Как мышку,
на окошко заманил?
- Давайте ребята, вмести узнаем от кого это письмо? (открываем конверт, достаем письмо, читаем).
Здравствуйте ребята!
Мне немного не здоровиться,
Приходите меня проведать.
Доктор Айболит.
- Ребята, а вы знаете кто такой Доктор Айболит.
**Д.** – да это добрый доктор Айболит, который лечит детей и зверей и всегда спешит на помощь.
**В.** – правильно ребята. Он всегда спешит на помощь и к деткам и к зверятам, но он пишет что ему нездоровиться. Как вы думаете, что значит «не здоровиться»
**Д.** – это когда человек болеет.
**В.** – да правильно. Это когда человек болеет, плохо себя чувствует, у него нет настроение, он грустный, печальный.
- а как вы думаете, что нужно делать, чтобы не болеть?
**Д.**- нужно зарядку делать, правильно питаться…
**В**. – да ребята, что бы быть здоровым не болеть нужно, делать зарядку, закаляться, правильно питаться. Нужно кушать много, разных витамин. Ребята, давайте навестим доктора Айболита. Вы знаете , где он живет?
**Д** - ….
**В**- А я знаю. Он живет в «Городе Здоровья"
- Давайте отправимся в путешествие в «Город Здоровья». А вот (достаю из конверта) и наш маршрут, давайте посмотрим, куда нам нужно идти.

*Рассматриваем карту-схему путешествия называя название станций)*
 **В.-** ребята, а отправимся мы в наше путешествие на поезде. Ну что вы готовы? Тогда в путь.
Садимся в импровизированный поезд, воспи-ль одевает макет поезда.

 ***Станция «Витаминка».***
**В.** – ребята, что это за станция такая «Витаминка»?
**Д**. - ???
**В**. – Ребята, эта станция называется «Витаминка» потому что на этой станции живут витамины. Что такое витамины? Важнейший, жизненно необходимый компонент здорового питания . Недостаточное потребление витаминов в детском возрасте отрицательно сказывается на здоровье, физическом развитии, способствует появлению разных заболеваний.
По этому вам, деткам, особенно важно побольше употреблять витаминов в зимнее и весенние время года.
Ребята, давайте же узнаем, какие продукты содержат полезные для здоровья витамины.
- вот посмотрите, здесь растет волшебное Чудо- дерево. Давайте на веточки дерева повесим те продукты, которые полезно употреблять (кушать) для нашего здоровья.
- Посмотрите на столе много разных продуктов и конфеты, и яблоки, морковка, капуста, груши, бананы, колбаса, молоко, шоколад, пепси-кола и т.д. как вы думаете, что можно повесить на волшебное Чудо-дерево?
**Д.-** морковку, яблоки, молоко…..
**В**. – Да правильно, Сашенька, яблоки полезные в них много железа, этот элемент необходим для повышения активности роста, образовании в нашем организме, энергии за счет которой мы такие подвижные.

- Дашенька, правильно повесила лимон, он полезен в нем много витамина С. ВИТАМИН С - является общеукрепляющим. А еще сюда можно повесит апельсин. .
От простуды и ангины
помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон
Хоть и очень кислый он.
Так же витамин С содержится в капусте, шиповнике, гранатах, мандаринах, разных ягодах смородина, клубника; и т.д.

- Сашуля хочет повесить морковку – в ней много витамина А это витамин роста. Он поможет вам расти, а также сохранит зрение.

Помни истину простую
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую,
Или сок морковный пьёт.
- витамин А еще находится в помидорах, тыкве, горохе, разных видах орехов

- Ребята, посмотрите, а эти продукты – молоко, яйца, сыр- мы тоже повесим, потому что в них содержится витамин D он важен для роста и укрепления костей. Так же витамин D есть в йогурте, кефире.
- Ребята а вот в мясе, молоке, хлебе, зеленом горошке содержится витамин В он полезен для нашего сердца, чтоб оно хорошо работало.

Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.
Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).
Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).
Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).
И т.д.
(постараться ответить на все продукты, что содержится и для чего)
**В**. – Молодцы, ребята, посмотрите, какое дерево у нас получилось. И постарайтесь запомнить те продукты, в которых находятся полезные витамины.

Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А, Б, С.

- ну что, ребята, нам пора двигаться дальше.

Идем дальше.

***Станция «Спортивная»***
**В.** - Ребята, мы прибыли на станцию «Спортивная». Что же здесь находится?
**Д**. – прыгалки, мячи, массажные дорожки, обручи и т.д.
**В.** – да правильно, а для чего нам все это нужно? Зачем деткам нужно заниматься спортом?
**Д.** – что бы быть здоровыми, сильными, ловкими.
**В**.- Да ребята, правильно. Спортом нужно заниматься, чтобы быть сильным, ловким, здоровым. Нужно каждое утро делать зарядку, умываться холодной водой, ходить босиком по вот этим дорожкам (показываю на массажную дорожку), чтобы не было плоскостопия.
- Нужно соблюдать режим дня. В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда, поэтому, когда у вас выходные дни или вы просто остались дома, нужно, как в детском саду встать сделать зарядку, умыться холодной водой, почистить зубы.

- Ребята, а вы не забыли к кому мы идем в гости?
**Д**. – нет, к доктору Айболиту.
**В.** – Да, молодцы. А скажите мне, доктор Айболит лечит только деток?
**Д**. – нет еще и зверей.
**В**. – Да, доктор Айболит, лечит еще и зверей. А звери тоже чтобы быть сильными и здоровыми делают зарядку. Вы видели как кошечки умываются, потягиваются, вытягивают спинку. Давайте и мы сейчас с вами на этой станции сделаем зарядку, которую делают разные звери, называется она «Зверобика».

 ***Физкультминутка «Зверобика»***

По утрам зарядку делай
Будешь сильным,
Будешь смелым.

**В.-** Молодцы, вот мы еще про одну станцию узнали, но нам пора двигаться дальше.

 ***Станция «Чудесная полянка»***

**В.-** Ребята, помните, мы с вами говорили, когда человек болеет он мало улыбается, у него плохое настроение. Посмотрите, мы прибыли на станцию «Чудесная полянка», как здесь красиво, весело. Как вы думаете почему?
**Д**. – здесь светит солнышко, везде растут цветы, красивые шарики.
**В**. – Правильно ребята, посмотрите какое радостное солнышко, какие красивые цветочки, как они радуются солнышку. Когда солнышко опять светит ярко, радостно. Нам всем тепло, а значит, у нас будет хорошее настроение.
- Ребята, посмотрите сюда, здесь цветочная полянка. Давайте присядем на неё. (садимся вокруг полянки)
- Ребята, мы же сегодня с вами говорим о здоровье, а вот посмотрите что ещё нам помогает сохранить наше здоровье, придает силу, помогает нам справится с разными болезнями – это конечно витаминные чаи.
- Здесь на полянки растут лекарственные травы. Кто знает название лекарственных трав.
**Д.** – ромашка, шиповник.
**В**. – правильно, посмотрите вот ромашка, это шиповник, а вот эта травка называется чабрец – она полезная при кашле, а это – мята она успокаивающая, очень приятно пахнет.
- Давайте понюхаем, ну как приятно пахнет?
- А вот это у нас шиповник попробуйте ручкой какой он твердый потому, что он сухой.
-Ребята, вот из этих травок можно заваривать вкусный и лечебный чай. Мы с вами заваривать не будем потому что нам для этого нужен кипяток, что бы правильно заварить травки, мы же с вами путешествуем да, и чайник с собой не брали.. но мы можем взять с собой лекарственных трав для доктора Айболита, он у себя их заварит и попьет вкусный, ароматный чай.
Какие травы мы положим?
**Д.** – ромашку, мяту, шиповник, зверобой.
**В**. – вот в эту корзинку давайте кладите, молодцы. Ну что в путь?

 ***Станция «Город Здоровья»***
Выходит Айболит. (мальчик)
**В**. – Здравствуйте, доктор Айболит. Мы получили ваше письмо и сразу же отправились в путь. Как вы себя чувствуете?
**АЙ**.- Здравствуйте ребята. Спасибо, уже лучше.
**В.** – доктор Айболит, ребята проехали большой путь, мы были на станции «Витаминка», «Спортивная» и «Чудесная полянка» и много узнали о том, что нужно делать чтобы не болеть, чтобы быть здоровыми и сильными.
**Ай**. – и где же вы побывали.
Дети отвечают на каких станциях они были и что там делали.
**В**. - а вот вам мы привезли лекарственный травы. Возьмите заварите их в термосе, пусть настояться и будете пить, чтобы не болеть. Ребята какие травы мы принесли?
**Д**.- чабрец, ромашку, мяту, шиповник.
**АЙ**. – спасибо, вам ребята. Я очень люблю пить лекарственный чай. Я хочу вам тоже подарить целую корзину фруктов. Это настоящие витамины. Будьте здоровы не болейте. До свидания.

***Дети прощаются с доктором . воспитатель предлагает сесть в поезд и отправиться в детский сад.***В. –ну вот какое славное путешествие у нас получилось. Вам понравилось ребята? Ну а теперь давайте помоем наши яблочки и будем их кушать.