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.