МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №10

**КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО ЗАНЯТИЯ**

**по ознакомлению с окружающим в старшей группе**

**Тема: «Я здоровье берегу - сам себе я помогу»**

Воспитатель высшей категории Серегина Татьяна Сергеевна

**Программные задачи:**

* Формировать представления детей о том, что здоровье - главная ценность человеческой жизни. Расширять знания о том, что полезно и что вредно для здоровья.
* Уточнить представления о предметах личной гигиены, и о благотворном воздействии звуков на здоровье человека.
* Развивать умение заботиться о своем здоровье.
* Воспитывать у детей правильное отношение к здоровью.

**Словарная работа:** правила гигиены.

**Оборудование:** картинки (комарика, жука, ручья); светофор; «Цветок здоровья»; картинки - здорового и большого человека; сундучок; письмо; игрушка - заяц; зеркальце.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

*Воспитатель обращается к детям:*

Давайте встанем в круг - друзей (*дети встают в круг).*

Сегодня нам предстоит необычное путешествие. Мы отправляемся путешествовать по Стране Здоровья. В этой стране живут одни здоровячки. Они здоровы, потому что каждый день говорят всем: «Здравствуйте!». Произносите и вы это удивительное русское слово вслух. Делайте это чаще, потому что от этого слова у всех поднимается настроение. Ведь оно особенное. Когда мы произносим его, то не только приветствуем человека, но и желаем ему здоровья. В слове «здравствуй», как и в слове «здоровье», много звонких звуков. Назовите их! *(3,Д, Р, В)*

Правильно! Эти звуки дают нам разряд бодрости.

А теперь ответьте на мои вопросы. Почему в Стране Здоровья все здоровы? С каким словом все дружат?

*(здоровы, потому что друг другу желают здоровья и дружат с волшебным словом «здравствуй»)*

Ребята, я вижу на пенечке сундучок. Какой необычный! А что же в нем? (.*зеркальце и письмо*). От кого? Да, это от Незнайки!

Воспитатель читает письмо: «Ребята! Я слушал радио и был невнимателен и все перепутал. А в волшебной Стране Здоровья загадывали такую загадку: «Что на свете всего дороже?»

А вы ребята, как думаете, что на свете всего дороже? *(мебель, родители, золото, машина) Воспитатель:*

Загадка волшебная, заглянем в волшебное зеркальце, может оно нам поможет.

Что вы в нем увидели? *(себя)*

Когда у нас хорошее настроение? *(когда все здоровы)*

Так что же всего дороже на свете? *(наше здоровье)*

Вот сейчас мы с вами будем учиться беречь свое здоровье в волшебной Стране Здоровья!

Скажите, кто из вас болел в этом году? А чем вы болели? А знаете, почему это произошло?

Правильно! В наш организм попали микробы, потому что вы не выполняли правила гигиены.

Давайте поиграем в игру, какими предметами можно пользоваться всем вместе, а какими - только по одному. Приготовьте ладошки, не забудьте, хлопать нужно тогда, когда услышите название личных предметов. И так, игра «можно - нельзя":

**полотенце... карандаши...**

**кисточка... носовой платок...**

**зубная щетка... книга...**

**расческа... игрушки...**

Молодцы, правильно! Но бороться с микробами и болезнями помогут и звуки. Хотите узнать как?:

если у вас болит горло, надо превратится в комарика и спеть его песню (руку приложить к горлу **-з -з -з -з );**

когда начинаем кашлять, становимся большими жуками (ладонь к грудной клетке **-ж -ж -ж -ж);**

а когда очень устали и болит голова, слушаем шум волн (закрываем глаза **-с -с -с -с).**

А теперь я буду показывать вам картинки, а вы будете произносить звуки здоровья, *(воспитатель показывает -жука -картинку - комара и-ручей)*

Продолжаем путешествовать по Стране Здоровья. Посмотрите, нас встречает Светофор. Светофор хочет поиграть с вами, поэтому напоминаю правило:

* **на красный цвет - сидим;**
* **на желтый цвет - встаем;**
* **на зеленый цвет - бежим на месте.**

Размялись, отдохнули. Вдохнули глубоко носом, выдохнули через рот. Ещё раз вдохнули - выдохнули.

В Стране Здоровья растет полезный цветок. Он помогает людям быть здоровыми. Рассмотрим лепестки.

* **моем овощи и фрукты;**
* **моем руки;**
* **пользуемся зубной щеткой, расческой, носовым**

**платком и полотенцем - каждый своим;**

* **закаляемся, занимаемся физкультурой, делаем**

**зарядку.**

Оказывается, мы хорошо знакомы с Цветком здоровья. Скажите ребята. А какие люди живут в Стране Здоровья? *(добрые, улыбающиеся, веселые, аккуратные)*

А в Стране Болезней? (*больные, хмурые, злые)* Правильно! В Стране Болезней люди ворчат, фыркают, любят жирную, острую, соленую пищу, едят много сладкого, часто болеют.

А какие продукты любят в Стране Здоровья? *(овощи, фрукты, молочные продукты)*

Правильно! Молодцы! Давайте поиграем. Игра «полезно - вредно» *(говорить полезно - вредно):*

**капуста... морковь...**

**конфеты... торт...**

**яблоки... жевательная резинка, сахар...**

Наше путешествие закончилось и мне хочется дать вам

напутствие:

**В жизни разное бывает, То заходит грусть к нам в дом, То вприпрыжку радость в двери, Постучится вечерком, Но чтоб ни было, вы знайте, Надо жить - не унывать. Надо больше - улыбаться, И здоровья всем - всем желать!**

А теперь ребята мы с этим напутствием пойдем в группу и будем радостными, добрыми и будем всем улыбаться, и здоровья всем желать!