**Конспект НОД для подготовительной группы на тему: «Азбука здоровья»**

|  |
| --- |
| Цель:  Формировать у детей понятие, что такое здоровье человека и здоровый образ жизни.  Задачи: 1.    Уточнять и расширять представления о понятии «здоровый человек». 2.    Развивать умение понимать схематическое изображение человека, его движений, точно выполнять заданные упражнения. 3.    Дать знания о здоровье через народную мудрость в пословицах. 4.    Закрепить знания детей о пользе витаминов, их значении, взаимосвязи питания и здоровья. 5.    Закреплять умение составлять из части целое. 6.    Формировать у детей навыки личной гигиены. 7.    Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.  Материал и оборудование: Сундучок, кроссворд, загадки, перечень вопросов к словесной игре на картинках, схемы к малоподвижной игре «Человечки», яблочко-пазл с пословицами, мешочек в продуктами, карточки с витаминами и стихами, зеркало, вырезанные из листа «зеркала», фломастеры, карандаши, музыка.    Ход:  Воспитатель: Ребята, оглянитесь вокруг.  Посмотрите на атрибуты, которые я сегодня приготовила. Как вы думаете, какой теме будет посвящено наше мероприятие?  (ответы детей) Воспитатель: У нас сегодня в группе появился сундучок!  На нём написано:  «Чудесный сундучок мудрых вещей для старших ребят!»  Посмотрим! Да тут столько интересных предметов! Для чего они нам?  Воспитатель достаёт из сундучка пожелание.  Воспитатель: Ребята нам предлагают сделать зарядку!  Пожелание  из сундучка: Веселые движения Полезные движения Кто ими занимается, Достоин уважения Кто ими занимается, Здоровья набирается А, кто не занимается- С болезнями намается. Ребёнок достаёт из сундучка кроссворд.  Воспитатель: Вы знаете, что такое кроссворд?  (Это задачи – думалки). Нужно подобрать слова по заданным условиям. А условия здесь загадки! Слушаем внимательно и отгадываем слова в клеточках.  1.Я увидел свой портрет.  Отошел - портрета нет. И сияет, и блестит, Никому оно не льстит, - А любому правду скажет - Всё как есть ему, покажет. (зеркало)  2. Дождик теплый и густой, Этот дождик не простой: Он без туч, без облаков Целый день идти готов . (душ)  3.Ускользает, как живое, Но не выпущу его я. Белой пеной пенится, Руки мыть не ленится! (мыло)  4. Хожу, брожу не по лесам, А по усам, по волосам, И зубы у меня длинней, Чем у волков и мышей. (Расческа)  5. Резинка – Акулинка Пошла гулять по спинке. А пока она гуляла, Спинка розовая стала. (мочалка)  6. Я не море и не речка, Я не озеро, не пруд, Но как утро или вечер – Люди все ко мне бегут. (ванна)  7. Серебряная труба,  Из трубы – вода,  Вода бежит и льётся  В белизну колодца,  На трубе – два братца,  Сидят да веселятся.  Один в кафтане красном,  Второй – в голубом,  Оба друга-брата  Заведуют водой.  (умывальник)  8.Костяная спинка, Жесткая щетинка, С мятной пастой дружит, Нам усердно служит. (зубная щетка)  Воспитатель:  Подведём  итог, прочитаем слово в красной полоске, по вертикале!  Это слово - «здоровье».  И кроссворд рассказал нам, о чём хотят рассказать в сундучке предметы (о здоровье), чему научить (быть здоровым)!  Ребёнок достаёт из сундучка книгу.  Воспитатель:   Что же это за книга странная, картинки есть, а текст не весь!  Словесная игра «Я начну, а ты продолжи!» (В кругу с передачей мяча)  1. Здоровый человек – это… 2. Мое здоровье… 3. Иногда я болею, потому что… 4. Когда я болею, мне помогают… 5. Когда у человека что – то болит, то он… 6.Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется…  Ребёнок достаёт из сундучка схемы человечков для подвижной игры.  Воспитатель:  Под музыку вы двигаетесь, как хотите.  Когда музыка закончится,  вы принимаете  позу удивительного человечка.  Малоподвижная игра «Человечки» (схемы) (Показ детьми движений  по изображениям на карточках).  Пожелание из сундучка: Чтобы вам не болеть И не простужаться, Вы зарядкой всегда Должны заниматься.  Ребёнок достаёт из сундучка яблоко-пазл.  Воспитатель:  Это волшебное яблочко для здоровья. Кто его части соберёт, все его мудрости поймёт, тот здоровье обретёт.  Развивающая игра: «Яблочко-пазл для здоровья!» (Нужно собрать из  кусочков яблочко, пояснив пословицы).  «Здоровье не купить». (Здоровье дано нам природой, если человек теряет его, то вернуть его будет очень трудно, придется много лечиться).  «Болезнь человека не красит». (Больной человек всегда плохо выглядит, становится раздражительным, капризным).  «Здоров будешь - все добудешь». (Здоровый человек всего добьётся, со всеми делами справится). Пожелание от сундучка: «Вот и яблочко спелое для здоровья советами  полезное. Советы соблюдайте, здоровье сохраняйте!»  Воспитатель: Давайте  эти пословицы положим в нашу копилку знаний и будем ими пользоваться всегда.  Ребёнок достаёт из сундучка карточки с витаминами к продуктам.  Воспитатель:  А ещё что полезно для здоровья  человеку?  (Кушать) Отгадай, назови и расскажи. (Выставляем карточки с витаминами к продуктам)  Игра «Витаминный мешочек» (В мешок кладут фрукты, овощи.  Ребёнок определяет на ощупь предмет, называет, достаёт его  и вместе  с воспитателем рассказывает о витаминах в этом фрукте или овоще).  На мешочке:  Чтобы быть всегда здоровым  Надо многое узнать  И как правильно питаться  Витамины получать!  Бананы, зерна злаков, печень Тебе советуют все есть. И в хлебе грубого помола Есть ценный витамин …(В6)  Все виды масел так полезны,  И я советую тебе: Употребляй почаще в пищу Продукты с витамином…(Е)  Рыба, яйца, мясо свинки Содержат очень много…(цинка)  Петрушка с щавелем полезны- Известно вам, как дважды два. В рябине, луке, облепихе Есть витамины группы…(А)  В черной смородине, шиповнике, лимоне - Полно…(С) витамина,  Полезен  он, ребята всем, От ОРЗ и ГРИППА!  Если хочешь быть здоровым И в кровати не валяться - Ешь говядину и творог: Они содержат…(В12)  Пожелание от сундучка: Пожелаю Вам ребята Пить лишь соки и нектары,  Есть арбузы и бананы,  Яблоки, изюм и киви,  Манго сладкое и дыни.  Не болейте, улыбайтесь!  Быть здоровыми старайтесь!  Ребёнок достаёт из сундучка цветок-ромашку.  Малоподвижная игра «Покажи, что говорю» (На лепестках ромашки написаны словесные сигналы.  Выполнение  детьми движений по словесному сигналу, соблюдая правила).  Нужно трудиться Мало двигаться Соблюдать чистоту Закаляться  Лениться Делать зарядку  Есть много сладкого Радоваться жизни Улыбаться Болеть Заниматься физкультурой  Грустить Много гулять Слушаться родителей Редко умываться Одеваться тепло Дружить  Ребёнок достаёт из сундучка зеркало.  Воспитатель: А зачем здесь зеркало и как оно может помочь здоровью?  Игра «Зеркало души» (Изобразить черты лица с улыбкой. Посмотреться в «зеркало» и «увидеть в нём своё отражение»).  На зеркале:  Ты не грусти, а улыбайся, Смотри на вещи веселей, И от меня ты не скрывайся, Со мной ведь и смешней, и здоровей…  Воспитатель:  И правда, когда улыбаешься, настроение улучшается, а раз  становиться ладно, то и  здоровью славно. Улыбнитесь друг другу.  Давайте нарисуем своё замечательное настроение в «зеркале» и  мы всегда сможем смотреться в него и повторять свою улыбку, а значит укреплять своё здоровье! Можно будет поделиться улыбкой с окружающими, чтоб все были здоровы.  Пожелание от сундучка: Улыбайся каждый день – чтоб не зря был прожит день.  Во время работы звучит песня «Улыбка».  От улыбки хмурый день светлей, От улыбки в небе радуга проснется. Поделись улыбкою своей, И она к тебе не раз еще вернется! Будьте здоровы и не забывайте дарить хорошее настроение своим друзьям, родным и близким!!! |