**Конспект непосредственно- образовательной деятельности по теме «Волшебное царство здоровья»**

**Программное содержание:** Учить детей заботиться о своём здоровье. Совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены. Объяснить детям какую пользу приносят воздух и вода, физическая культура, необходимость витаминов для человеческого организма. Побуждать детей отвечать на вопросы. Развивать мышление, память.

**Материал:** Искусственный цветок, лепестки цветные из картона, озеро из ткани, игрушечные уточки, лягушки, искусственные деревья, масло пихтовое, вата, сундук, мыло, зубная щётка, полотенце, расчёска, зубная паста, опыт с «пепси», жевательные резинки «орбит», картинки « режим дня»

*( О.Н. Арсеневская «Валеологическая песня - распевка «Доброе утро»*

**Воспитатель:** Доброе утро! Мы погладим лобик Разотрём ладошки Ушки мы теперь потрём

 Улыбнитесь скорее! Носик и щёчки Сильнее, сильнее! И здоровье сбережём

 И сегодня весь день Будем мы красивыми А теперь похлопаем Улыбнёмся снова,

 Будет веселее. Как в саду цветочки! Смелее, смелее. Будьте все здоровы.

*( Цветик – семицветик стоит на полянке однотонный)*

**Воспитатель:** Чтобы вы были всегда здоровыми, я цветик - семицветик вам хочу подарить, а цветочек не простой, здоровье он несёт с собой. Но что, же случилось с ним? Уцветика-семицветика лепестки цветные, а здесь однотонные.

**Воспитатель:** Как вы, ребята думаете, что могло случиться с нашим волшебным цветком? ( *Ответы детей)*

Наверное, ветер залетел в комнату и разнёс лепестки. Но без цветных лепестков наш цветок теряет волшебную силу. Чтобы наш цветок, снова стал волшебным нужно собрать все его цветные лепестки. Вы готовы отправиться со мною на поиски волшебных лепестков? *(ответы детей)*

 ***(*** *Входит Рассеянный)*

**Воспитатель:** Ой, ребята смотрите кто это?

**Рассеянный:** Здравствуйте. Я Рассеянный, с улицы Бассеянной.

**Воспитатель:** Что же ты надел на голову?

**Рассеянный:** Шляпу.

**Воспитатель:** А на ногах разная обувь? Куда же ты собрался?

**Рассеянный:** Здравствуйте! Я.. Я куда-то шёл.. Куда не помню?

**Воспитатель:** Ребята возьмём с собой Рассеянного, чтобы он не потерялся! Рассеянный, мы приглашаем вас с собой в волшебное путешествие.

**Рассеянный:** Я с удовольствием.

*( Песня В. Герчик» Песенка друзей»)*

**Воспитатель:** Как вы, ребята думаете, с чего начинается любое путешествие? *(ответы детей)*

 *1 этап» Сбор рюкзака»*

**Воспитатель:** Любое путешествие начинается со сбора рюкзака. Что нам нужно собрать с собой? *( ответы детей)*

Посмотрите, вот здесь на столе разложены предметы личной гигиены. Что это?

**Дети:** Мыло.

**Воспитатель:** Для чего нужно мыло? *(ответы детей)* Для чего нужно полотенце? *(ответы детей)* Для чего нужна расчёска? *(ответы детей)*  А это что? Как ты думаешь, Рассеянный?

**Рассеянный:** Штука какая-то с палочкой со щетинкой. Ребята правильно ли ответил Рассеянный?

**Воспитатель:** Что вы Рассеянный, все знают зубную щётку. Как вы думаете, сколько раз вдень надо чистить зубы? *(ответы детей)* Для чего надо чистить зубы? *(ответы детей)* Все эти вещи можно назвать обобщающим понятием « предметы личной гигиены». Как вы думаете, почему говорят предметы личной гигиены? *(ответы детей)* А можно ли брать чужую расчёску? *(ответы детей)* Вы всё запомнили Рассеянный?

**Рассеянный:** Да, всё.

**Воспитатель:** Вы хорошо справились с этим заданием, посмотрите мы нашли лепесток. Отправляемся дальше.

*2 этап «Озеро»*

**Воспитатель:** Смотрите, ребята, куда мы пришли? Мы пришли к озеру, правильно. Что вы здесь видите? *(ответы детей)* Что здесь самое главное? Я вам загадаю загадку, и, отгадав её вы узнаете. что в озере самое главное.

Меня пьют, меня льют,

Всем нужна я, кто я такая? *(Вода)*

**Воспитатель:**  Для чего нужна вода? *( ответы детей)* Рассеянный, а вы любите умываться?

**Рассеянный:** Нет, я это не люблю.

**Воспитатель:** Уважаемый Рассеянный, так нельзя. Ребята, подскажите, как часто надо мыться, умываться? *(ответы детей)*

**Рассеянный:** Я понял, чтобы быть здоровым нужно обязательно мыться и умываться.

**Воспитатель:** Молодец Рассеянный, помни это и выполняй. Мне кажется, что озеро нам хочет что-то сказать, послушаем.

Давайте же мыться, плескаться,

Купаться, нырять, кувыркаться.

В ушате, в корыте, в лохани,

В реке, в ручейке, в океане,

И в ванне, и в бане, всегда и везде

Вечная слава воде!

**Воспитатель:** Ребята, вы узнали, откуда эти стихи? *(ответы детей)* Молодцы это стихи из сказки К. Чуковского. Это задание вы тоже выполнили. Смотрите, возле озера что-то виднеется. Мы нашли ещё один лепесток.

*3 этап « На пути небольшой лес» (фонограмма пения птиц, шума леса. На деревьях кусочки ваты, пропитанные пихтовым маслом.)*

**Воспитатель:** Куда мы пришли? *(ответы детей)* Рассеянный, а вы часто гуляете по лесу?

**Рассеянный:** Нет, я этого не люблю, я люблю лежать и спать дома.

**Воспитатель:** Наши ребята сейчас расскажут, почему лучше всего гулять в лесу. *(ответы детей)*Почему в лесу дышится легко? *(ответы детей)* Как вы думаете, чистый воздух полезен для здоровья? *(ответы детей)* Раз мы попали в лес, давайте подышим чистым воздухом?

Дыхательная гимнастика: Ладушки, ладушки

 Звонкие хлопошки

 Мы ладошки сжимаем,

 Носом правильно вдыхаем

 Как ладошки разжимаем,

 То свободно выдыхаем.

*( Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. О.Н. Арсеневская)*

**Рассеянный:** Как хорошо в лесу, я теперь всегда буду гулять, и дышать свежим и чистым воздухом.

**Воспитатель:** Рассеянный, у вас неплохо, получается, становится здоровым. Мы нашли ещё один лепесток от волшебного цветка.

*4 этап « Физкультура»*

**Воспитатель:** Мы пришли на полянку. Чтобы быть здоровым важно выполнять физические упражнения, которые укрепляют мышцы, кости, укрепляют иммунитет. Рассеянный вы тоже не ленитесь.

 *( Песня «Зарядка»)*

**Воспитатель:** Хорошо ребята. Вы очень постарались и мы нашли ещё один лепесток. А если делать зарядку, каждый день и посещать спортивные секции гимнастики и акробатики, то можешь делать такие упражнения, как Ася Хачатрян.

*( Акробатический номер « Ты Кубань моя»)*

**Воспитатель:** Мы нашли ещё один лепесток Ребята, что такое режим дня? *(ответы детей)* Рассмотрим на мольберте, распорядок дня в дошкольном учреждении. Очень важно соблюдать режим дня, а ты Рассеянный соблюдаешь режим дня.

**Рассеянный:** Нет, не соблюдаю, но постараюсь исправиться. А вот я нашёл лепесток.

**Воспитатель:** Молодец Рассеянный, я рада, что ты будешь соблюдать режим дня.

*5 этап «Здоровое питание»*

**Рассеянный:** После таких прогулок мне очень захотелось кушать, а вам? *(ответы детей)*

**Воспитатель:** А что бы вы Рассеянный съели?

**Рассеянный:** Чипсы, много конфет, жвачек.

**Воспитатель:** А что полезно кушать. *( Ответы детей)* Нам нужно помочь Рассеянному разобраться вся ли еда полезная.

 *(Опыт с Пепси- колой.)*

**Воспитатель:** Ну что Рассеянный вы поняли, как вредно есть всё подряд, без разбору.

**Рассеянный:** Я понял, как правильно питаться и как это важно для здоровья.

**Воспитатель:** Вы молодцы, отлично выполнили задание, а вот и последний лепесток найден. Волшебный цветок собран. Посмотрите, а здесь записка?

Ребята, я снова обрел волшебную силу и если выскажите волшебные слова… Лети, лети лепесток

 Через запад на восток

 Через Север, через юг

 Возвращайся, сделав круг

 Лишь коснёшься ты земли

 Будь по моему вели.

**Воспитатель:** Ой, ребята, а здесь волшебный сундук? Посмотрим что в нём? Да здесь апельсины для наших ребят. Почему волшебный цветок подарил апельсины. ? *(ответы детей)*  Правильно, потому, что они полезны для здоровья витаминами. Наше путешествие подошло к концу. До следующего путешествия.