Конспект организованной образовательной деятельности

в старшей группе

 «Где спряталось здоровье?»

**Программное содержание:**

**-** закрепить знания детей о том, как сохранить здоровье;

- донести до сознания детей важность ведения здорового образа жизни: соблюдения гигиены, закаливания, правильного питания, занятия спортом;

- развивать логическое мышление, речевую активность;

- воспитывать любознательность, интерес к здоровому образу жизни;

- умение работать в коллективе.

**Интеграция образовательных областей: «**Познание», «Здоровье», «Физическая культура», «Коммуникация».

**Предварительная работа:** беседы, рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы, дидактические игры, исследовательская деятельность, сюжетно-ролевые игры, толкование пословиц о здоровье.

Словарная работа: гигиена, индивидуальный.

**Оборудование:** магнитная доска, магниты, конверты с заданиями, солнышко «грустное» и «веселое», лучики с наклеенными картинками, корзина с предметами для игры «Возьми необходимое для гигиены», карта-схема движения по группе, картинки для составления журнала-напоминалки, запись «Звуки моря», картинки для игры «Пантомима».

**Ход:**

**-** Ребята, у нас сегодня гости. Вы у меня дети воспитанные, а воспитанные люди, что обычно говорят, когда встречают гостей? (Здравствуйте)

- А, знаете, вы ребята, и наши уважаемые гости не просто поздоровались…

Вы подарили друг другу частичку здоровья.

- Почему? (слово означает: желаю здоровья и т. д.)

- Давайте мы поздороваемся друг с другом.

Коммуникативная игра «Здравствуй» (Дети встают в круг и поочередно пропевают фразу, называя имя ребенка, которому передают мяч: «Здравствуй,…»)

-Молодцы!

- Вы догадались, о чем мы сегодня будем разговаривать? (о здоровье)

- Что значит быть здоровым? (….)

- Вы чувствуете себя здоровыми? (….)

Здоровье — это же бесценный дар,

Который при рожденье тебе дан.

Его всегда оберегай,

И способами всеми укрепляй.

- Ребята, а как же укрепить свое здоровье? (ответы детей)

-Давайте лучше узнаем, как укрепить здоровье.

Я открою маленький секрет. Наше здоровье можно сравнить с радостным солнышком, у которого много лучиков. Эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма.

- Ой, ребята посмотрите, а наше солнышко не радостное.

- Какое оно? (….)

- Что с ним случилось?

- Поможем нашему солнышку вернуть улыбку? Чего у солнышка не хватает? (лучиков –здоровья)

-Нам придется отправиться в путешествие, а чтобы не заблудиться, что нам понадобится? (карта).

- Начнем? (по карте определяют направление, доходят до нужного места).

- Посмотрите, здесь корзина, а в ней чего только нет….

- Здесь еще какой-то конверт… (читается задание)

- В этой корзине наши друзья!

Свой день начинать, без них нам нельзя.

Они всегда нам рады служить,

Но их ни кому нельзя одолжить.

Иметь должен каждый индивидуально,

Иначе здоровье сберечь не реально.

С гигиеной ты дружи,

Своим здоровьем дорожи!

- А, что значит гигиена? (……)

- Как вы понимаете слово «индивидуальный» (…….)

- В задании говорится, что надо взять из корзины по одному предмету, но только те, которые нужны для гигиены.

- А теперь с помощью загадок мы проверим, правильно ли вы выбрали предметы.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.          *(Мыло)*

Целых двадцать зубков

Для кудрей и хохолков.

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком.            *(Расческа)*

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит.       *(Зубная щетка)*

Лёг в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос. *(Носовой платок)*

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка. *(Полотенце)*

- С заданием вы справились. А вот и первый лучик нашелся!

- О чем же он нам напоминает? (*соблюдать гигиену*) (дети прикрепляют лучик)

(дети с вос-лем следуют дальше по карте)

- Нашлась еще одна корзина… (из конверта достается задание, где предлагается поиграть в игру «Пантомима»)

Отбивание мяча

Штангист

Прыжки на скакалке

Крутим обруч

Бег

Плавание

Бокс

Лыжник

- Чем же надо заниматься человеку, чтобы укрепить и сохранить здоровье? (спортом)

- Правильно!

В мире нет рецепта лучше,

Будь со спортом неразлучен.

Очень важен спорт для всех.

Он – здоровье и успех.

- А вот и лучик, да их здесь два!

- Этот лучик говорит о том, что надо заниматься ….(спортом), а другой? (зарядкой)

(прикрепляются лучики).

- Идемте дальше… (следуют по карте до следующей остановки).

- Что же здесь за задание?

- Надо придумать рифму к незаконченным стихам.

 -Попробуем?

Чтобы детям развиваться, нужно правильно питаться!

Кушай овощи и фрукты, натуральные продукты!

Чтобы жить здоровым дольше, кушай фруктов ты побольше.

Если ты не хочешь супа - поступаешь очень глупо.

Всем полезны помидорчики, и чеснок на хлебной корочке.

Ешь конфеты и печенье, лишь чуть - чуть, для настроения.

Пополни кальций свой дружок, съешь на завтрак творожок.

Чтобы силы накопить, обед компотом лучше запить.

И теперь команда наша,  пьет кефир и простоквашу.

Меньше  ешь плохих продуктов, больше кушай свежих фруктов.

Не повторяйте блюда те же, твое меню должно быть свежим.

Будешь с чипсами дружить, силачом тебе не быть.

-Молодцы! Справились!

- Запомните народную мудрость: «Не всякая еда нужна для живота!»

- Нашелся следующий лучик! О чем он нам напоминает? (полезная еда, витамины)

- Идемте дальше. (Следуют по карте)

- Что у нас здесь? Воспитатель читает поговорку: «Смолоду закалишься, на весь век сгодишься».

- Что такое закаливание?

- Чем можно закаливаться?

- Нам сейчас лучик подскажет:

- Вода – как ей можно закалиться?

- Солнце - ….?

- Воздух – как им закаливаемся?

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет,

Дышат птицы и цветы,

Дышат гости, я, и вы.

- Каким воздухом лучше дышать? (чистым, свежим) (Прикрепляем лучики)

-Молодцы!

- А знаете, ребята нас лечат еще и звуки.

- Кашель лечит звук «Ж» - положите ладонь на грудь, превратитесь в больших жуков «Ж-Ж-Ж»

- Песенка комара лечит горло – «З-З-З» - превратитесь в маленьких комариков, пропойте его песенку.

- У нас был трудный путь, вы устали, отдохнуть вам поможет звук «С-С-С-С»

- Ложитесь на ковер, закройте глаза, произнесите звук «С».

- А теперь представьте, что вы на берегу моря, на вас накатывают волны, ветерок ласково шевелит ваши волосы, солнышко ласкает щечки и т.д. (включается звук моря, в это время воспитатель меняет грустное солнышко на солнышко с улыбкой)

- Возвращаемся с моря…потихоньку вставайте.

- Ребята, посмотрите, что с солнышком произошло (улыбается, выздоровело)

- Сегодня мы с вами говорили о здоровье.

- Вам понравилось это делать?

- Как думаете, вы справились с заданием?

- Мы обязательно продолжим это интересное и полезное дело.

- Но, ребята, мало правила знать, главное, следует их выполнять!

- Чтобы вы о них не забывали, предлагаю вам сделать журнал-напоминалку и поселить его в книжный уголок! Согласны?

Дети собирают картинки в файлы скоросшивателя или могут склеить страницы, сделать книгу.