**Непосредственно образовательная деятельность**

**«Будем беречь наше здоровье» в старшей группе***Курилова Т.М., воспитатель высшей квалификационной категории*

**Программное содержание:**

1. учить заботиться о своём здоровье. Познакомить детей с характерными признаками болезни - грипп. Продолжать знакомить с правилами профилактики заболеваний. Закрепить название медицинского оборудования и его использование.
2. С целью развития связной речи продолжать учить детей самостоятельно рассказывать о различных способах защиты от вируса. Активизировать словарь: термометр, фонендоскоп, бактерии, самомассаж.
3. Воспитывать желание сохранять своё здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям и самомассажу.

**Оборудование:**

картинки (признаки гриппа), картинки для игры «Что для чего», карточки (профилактика гриппа). Каждому: лупа, карточки «Бактерии», фломастеры.

**Индивидуальная работа:**

учить Дениса Ж., Настю А., Полину Г. правильно называть медицинское оборудование, продолжать учить Ваню К., Яну К., Гришу С., делать самомассаж, закрепить с Женей Г., Викой С., правила профилактики заболеваний.

**Ход НОД:**

* Ребята, недавно многим из вас делали прививки. От какой болезни эта прививка? Зачем её делают? В какое время года дети чаще болеют? С наступлением холодов люди болеют чаще. Бывает, что заболевает целая группа детей в детском саду или целый класс в школе. Начинается эпидемия гриппа и люди заражаются друг от друга.
* Вы сейчас болеете?
* А если заболеете, то, как догадаетесь об этом? По каким признакам? (вывешиваю картинки: ребёнок чихает, кашляет, у него температура)
* Как вы думаете, где можно заразиться гриппом? (в детском саду, в школе, в библиотеке, в магазине, на улице). Как много мест, где можно заразиться микробами! Они везде: в воздухе, в воде, на нашем теле, на земле.
* Вы видите микробы? Они такие маленькие, что их нельзя увидеть, рассмотреть их можно только в микроскоп. Возьмите рисунки, рассмотрите их и скажите, что это за точки, палочки, чёрточки, крючочки? Это микробы-возбудители болезней. Стоит им только попасть в организм человека, они начинают там размножаться.
* Что происходит с человеком в это время? Человеку становиться плохо: он чихает, кашляет, у него поднимается температура- человек заболел.
* Как же бороться с микробами? Как победить болезнь? Помогут ответить на эти вопросы карточки. Поиграем в игру «Что для чего».

Шприц – делать уколы.

Термометр – измерять температуру.

Горчичники – согревающее.

Капли – лечить насморк.

Фонендоскоп – слушать сердце и лёгкие.

Ложка – принимать лекарство.

Ингалятор – брызгать горло.

Грелка – греть больное место.

* Молодцы! Вы знаете, как бороться с болезнями. А если не лечиться, грипп может дать осложнения: бронхит или воспаление лёгких. Чтобы не заболеть, не заразиться от больных людей, надо соблюдать правила. Многие из них вы знаете, с новыми я сейчас познакомлю. (дети пересаживаются на стулья у доски, напоминаю о правильной осанке)

(Показываю картинки)

Чтобы оставаться здоровыми нужно:

* мыть руки с мылом мыть овощи и фрукты всегда принимать витамины гулять на свежем воздухе проветривать помещение не кутаться в теплую одежду закаляться
* заниматься физкультурой и спортом.

**Рекламная пауза «Тренируйся, если хочешь быть здоров»**

(Ваня К. демонстрирует мостик и кувырок, то, чему он научился в спортивной школе).

* Эти правила вам знакомы, их не надо забывать.
* А вот правила, которые надо выполнять тогда, когда уже кто-то заболел:
* Нельзя пользоваться предметами, которыми пользовался больной
* Надевать марлевую повязку
* Нельзя находится с больным в одном помещении. Ещё одно важное средство от болезни - массаж волшебных точек. Вас научила его выполнять медсестра. давайте его сделаем.

(дети выполняют)

Как вы себя чувствуете? Какое у вас настроение? Покажите друг другу свою радость (улыбка).

(дети садятся за столы)

Грипп - опасное заболевание. Как нужно бороться с микробами, чтобы не заболеть? давайте сделаем предупреждающие знаки, развесим их, чтобы люди не забывали об опасности. Возьмите фломастеры, карточки с изображением бактерий, обведите рисунок, получился знак «Осторожно, микробы!» Несколько повесим в группе, остальные подарим соседней группе.