Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

п.г.т. Стройкерамика муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение «Детский сад «Радуга»

(ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» п.г.т. Стройкерамика структурное подразделение «Детский сад «Радуга»)

**Конспект открытой показательной НОД**

**в подготовительной группе**

**Тема: «Проделки Королевы Простуды»**

Провела: воспитатель 1 категории

Жучкина Татьяна Александровна

16 апреля 2015 года

**Конспект непосредственно образовательной деятельности для подготовительной группы по здоровому образу жизни**

**«Проделки Королевы Простуды»**

Провела воспитатель: Жучкина Татьяна Александровна (16.04.2015 г.)

**Интеграция образовательных областей:**

- Познавательное развитие;

- Речевое развитие;

- Физическое развитие;

- Художественно – эстетическое развитие.

**Задачи:**

- формировать представление о здоровье, как одной из основных ценностей;

- расширять знания о профилактике простудных заболеваний;

 - развивать интерес к познанию себя, своих возможностей и способностей;

- расширять активный словарь;

- развивать общую и мелкую моторику;

- развивать внимание, мышление, память;

- воспитывать понятия о здоровом образе жизни;

**Предварительная работа:** заучивание стихотворения С. Михалкова «Грипп»; отгадывание загадок; беседы о простуде; дыхательная гимнастика; «Детская йога», разучивание сценки.

**Оборудование и материалы:** указатели (следы); макет «дворца Королевы Простуды»; плакаты; ватные шарики; отгадки к загадкам; пластилин разного цвета; стеки; большой поднос; доски для лепки; салфетки для рук; 4 мольберта; подарок воспитателя (свежий зелёный лук и чеснок), магниты, 2 аудиодиска, муз. центр.

**Ход:** *Звучит музыка (дети заходят в зал, встают около стульчиков).*

Воспитатель: Сегодня такой прекрасный день! У нас много гостей и у всех хорошее настроение. Давайте поздороваемся с гостями (дети здороваются). Но посмотрите- ка, кто это у нас тут такой грустный сидит? Да это – же наш друг Дима. Кажется он попал в плен к Королеве Простуде.

*Ребенок (выходит из «дворца Королевы Простуды», читает стихотворение С. Михалкова «Грипп».*

У меня печальный вид,

Голова с утра болит.

Я чихаю, я охрип.                                                                                                                                                Что такое — это грипп?

Не румяный гриб в лесу,

А противный грипп в носу.

Поднялась температура,                                                                                                                                     Я лежу и не ропщу.                                                                                                                                             Пью соленую микстуру,

Кислой горло полощу.

День лежу, второй лежу,

Третий в садик не хожу,

И друзей не допускают

Говорят, что заражу.

 Воспитатель: Ребята, вы хотите его освободить своего друга и самим уберечь себя от злых чар Королевы Простуды?

Дети:  Да.

Воспитатель: Тогда давайте оденем на него волшебный чесночный кулон и перенесемся в волшебный мир.

*Звучит звукозапись «Пение птиц».*

Воспитатель:

Мы осторожно входим в сказку с вами.

Дорога, лес знакома нам давно.

 Здесь все живет и дышит чудесами,

 Загадками и тайнами полно.

Но куда же нам идти?

Воспитатель: Ой! Ребята подойдите – ка сюда и посмотрите - здесь чьи - то красные следы!  А почему они красные? Я думаю это следы человека, у которого высокая температура.

 А когда у человека поднимается температура?

Дети отвечают (когда человек простыл или заразился от другого человека).

Воспитатель: Все верно. И когда человек болеет, то у него плохое настроение и нет сил. А вы хотите быть бодрыми и веселыми?

*Тогда давайте все вместе сделаем зарядку «Детская йога»*

 Воспитатель: Вот сейчас мы с вами отправляемся в путь. А чтобы нам не заболеть, мы не будем наступать на красные следы. В холодное время года очень легко попасть в Королевство Простуды.

 Воспитатель: А скажите пожалуйста, как микробы попадают в организм человека?

Дети отвечают (когда на человека чихают, кашляют, когда не моет руки и т.д.).

   Воспитатель: Да, ребята, когда человек чихает, кашляет в воздух попадают частицы слюны с микробами, другие люди вдыхают зараженный воздух и заболевают. Такой путь заражения называется - «воздушно-капельный». А сегодня мы будем говорить о том, как уберечь себя от простуды и как не попасть во владения этой ужасной Королевы.

Воспитатель: Идем друг за другом, не наступая на красные следы. Вот мы с вами и попали в «Замок Куталок». В этом замке живут люди, которые кутаются т.е, одеваются очень тепло, а все равно болеют. Почему люди болеют, хотя одеваются тепло?

Дети отвечают (они потеют и потом простывают).

 Воспитатель: А как надо одеваться, чтобы не заболеть, не переохладиться?

Ответы детей.

   Воспитатель: Вот и хорошо, значит среди нас «куталок» нет. Мы с вами всегда должны помнить: одеваться нужно по погоде, не переохлаждаться, чтобы Королева Простуда не забрала вас в свой ледяной дворец. А знаете, ребята, что главную роль в борьбе с простудой играют физкультура и спорт. Кто регулярно занимается спортом — всегда здоров и весел. Поэтому больше играйте на свежем воздухе, только одевайтесь облегченно, не кутайтесь, тогда и болеть не будете. А теперь давайте сделаем закаливающую дыхательную гимнастику, которая тоже поможет нам быть здоровыми.

*Проводится дыхательная гимнастика.*

 Воспитатель: А сейчас мы с вами продолжим путь. Посмотрите, что перед нами? Дворец «Микробия», Здесь все окна плотно закрыты, свет и воздух совсем не проникают. Поэтому здесь тучи микробов, так как этот дворец никогда не проветривается. Это владения принца «Ап-чхи!». Здесь все чихают и кашляют друг на друга.

 Воспитатель: А чего боятся микробы?

Ответы детей: свежего воздуха

 Правильно, микробы боятся свежего воздуха. А если во дворце окна и двери закрыты, то там, естественно, микробов видимо-невидимо. Что же нужно сделать?

Дети: Открыть все окна.

   Воспитатель: Чем мы с вами должны пользоваться, чтобы микробы-чихуны не попали в организм человека?

Дети: Нужно иметь платок или одевать маску.

Воспитатель: Вспомните пожалуйста, что мы с вами делаем в группе, чтобы уничтожить микробов. (ответы детей)

*Организуется игра «Микробы».*

Дети делятся на две команды.

Одна команда — «Чихающие», другая — «Заражающиеся».

Команды расходятся в разные стороны.

Команда «чихунов» говорит «Ап-чхи!» и бросает в противоположную команду ватные комочки. Другая команда старается увернуться. Тот, в кого попал шарик, переходит в команду «чихунов».

Воспитатель: Ребята, не только физкультура и спорт укрепляют наши силы, но и правильное питание.

*Воспитатель: Давайте послушаем, как питаются наши друзья Ариша и Олег.*

Жёлтая Фанта – напиток для Франта.

Будешь Фанту пить смотри – растворишься изнутри.

В мире лучшая награда – это плитка шоколада.

В мире лучшая награда – это ветка винограда.

Знайте, дамы, господа: « сникерс» – лучшая еда.

Будешь кушать «сникерс» сладкий – зубы будут не в порядке.

Если много есть горчицы – полетишь быстрее птицы.

Будешь много есть горчицы – будешь злей самой волчицы.

Я собою очень горд – я купил сегодня торт.

Фрукты, овощи полезней – защищают от болезней.

В благодарность Пепси - Коле – самым умным будешь в школе.

Вкус обманчивый порой – молоко пей дорогой.

Даёт силы мне всегда – очень жирная еда.

Даёт силы нам всегда – витаминная еда.

Стать здоровым мне помог – с красным кетчупом хотдог.

Будешь часто есть хотдоги – через год протянешь ноги.

Воспитатель: Ну и кто – же из наших друзей питается правильно?

Дети отвечают: Ариша.

Что должны получать дети и взрослые, чтобы организм был сильным и здоровым?

Дети отвечают (Витамины).

   Воспитатель: А в каких продуктах питания находится большое число витаминов?

Дети отвечают(называют овощи и фрукты)

 Воспитатель: Посмотрите вот сюда. (Выставляет плакат.) На этом плакате изображены фрукты и овощи, в которых находятся: витамины А, В, С.

*А теперь я вас попрошу отгадать загадки, а отгадки я буду располагать на мольберте.*

♦  Круглое, румяное,

 Я росту на ветке!

Любят меня взрослые

И маленькие детки**. (Яблоко.)**

♦ Яркий, сладкий, налитой,

Весь в обложке золотой.

Не с конфетной фабрики,

Из далекой Африки. **(Апельсин.)**

♦ Я вырос на грядке,

  Характер мой гадкий:

Куда ни приду,

Всех до слез доведу. **(Лук.)**

♦ Нарядилася Аленка

В сарафанчик свой зеленый,

Завела оборки густо.

Узнаешь ее ...? **(Капуста.)**

♦ Красный нос в землю врос,

А зеленый хвост снаружи.

Нам зеленый хвост не нужен,

Нужен только красный нос. **(Морковь.)**

♦ Маленький, горький.

Луку брат. **(Чеснок.)**

 Воспитатель: Лук и чеснок — овощи, которые еще и убивают микробы. Вот вам от меня в подарок зеленый лук и чеснок, который тоже поможет вам уберечься от злых чар Королевы. Вы их съедите за обедом. Но прежде чем употреблять овощи и фрукты, о чем мы должны помнить?

Дети отвечают (нужно помыть овощи и фрукты и руки).

 Воспитатель: Хорошо, молодцы, теперь вы знаете, что и на завтрак, и на обед, и на ужин нужно есть продукты, содержащие большое количество витаминов, потому что витамины необходимы для здоровья!

*Воспитатель: Ребята, я вам предлагаю выполнить физкультминутку (Дни недели).*

В понедельник – я купался,

А во вторник – рисовал.

В среду – долго умывался,

А в четверг – в футбол играл.

В четверг – я бегал, прыгал,

Очень долго танцевал.

А в субботу, воскресенье – целый день я отдыхал.

 (Дети и воспитатель садятся на стульчики)

  Воспитатель: Ребята, а существуют ещё и лекарственные растения, которые тоже помогают бороться с микробами и помогают вылечить простуду.

*Отгадайте загадку.*

Стоит в лесу кудряшка

Белая рубашка,

В серединке - золотая,

Кто она такая? (Ромашка).

Воспитатель: Скажите, что же можно лечить отваром ромашки?

Дети: Нужно полоскать горло.

Воспитатель: Ребята, посмотрите и скажите, что это за растение (малина).

Воспитатель: В малине содержится много витаминов, она очень полезна при простуде.

Воспитатель: А что еще из малины делают?

Дети: Варят варенье.

Воспитатель: Правильно, все знают, что при гриппе очень полезно пить чай с малиновым вареньем.

Воспитатель: А кто знает, что это за растение?

Дети: Липа.

Воспитатель: Липа – дерево. Когда она цветет, нужно собирать соцветия, они тоже полезны при простуде.

Итак, теперь я думаю, что все мы должны болеть меньше и постараться не попасть в опасное Королевство Простуды. Потому что знаем, как уберечь себя от нее. Я вам приготовила пластилин разного цвета и предлагаю вылепить какой - нибудь один фрукт или овощ и положить его на красивый поднос. Но перед лепкой:

*Давайте сделаем разминку для пальчиков.*

Солнышко просыпается  (Дети сжимают кулаки),

Лучики расправляются (Раздвигают пальчики).

Лучики собираются (Сдвигают пальчики),

И засыпают (Сжимают пальчики в кулачок).

*Дети(стоя) лепят овощ или фрукт и кладут их на поднос.*

(Воспитатель хвалит каждого ребёнка)

Воспитатель:  Вам понравилось наше занятие?

Дети: Да.

Воспитатель: А, что именно вам понравилось и запомнилось?

Ответы детей.

Воспитатель: Мне тоже очень понравилось, как вы отвечали на вопросы, разгадывали загадки, выполняли разные упражнения, весело поиграли в игу и вылепили прекрасные фрукты и овощи.  Я очень хочу, чтобы вы соблюдали все правила и никогда не болели. На этом наше путешествие закончено. Крепкого вам здоровья!