Цели и задачи:

Закрепить знания детей о режиме дня, о режиме питания, о гигиенических процедурах, о закаливании, о необходимости занятий спортом, о необходимости прохождения периодического медицинского осмотра.

Формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни; выделить правила навыков культурно-гигиенического поведения; выделить компоненты здоровья человека; воспитывать интерес к здоровому образу жизни; создать радостное настроение.

Способствовать желанию детей заботиться о своем здоровье.

Развивать познавательные способности детей, закрепить представление о характерных признаках разных времен года.

Технологии:

Здоровьесбережение

Мнемотехника

Моделирование

Материалы:

Мнемотаблица с элементами здорового образа жизни; Д/И «Что когда»: часы на две команды, карточки с изображением разных приемов пищи; словесная игра «Доскажи словечко»: карточки с началом предложения, карточки с загадками; физминутка: обручи, ложки, корзины, муляжи полезных и вредных для здоровья продуктов для двух команд; Д/И «Найди пару»: карточки с описанием вида и методов закаливания; инструменты медицинских работников.

ХОД СООД:

(Звучит заставка к телепередаче «Здорово жить)

Воспитатель: Ребята, а вы где—нибудь слышали эту музыку?

Дет: Да!

Воспитатель: Совершенно верно. Так начинается передача «Здорово жить». Я хочу сегодня попробовать себя в качестве ведущей этой передачи. Как вы думаете, справлюсь я или нет?

Дети: Да.

Воспитатель: Тогда, начинаем. Если я ведущая, то кем вы будете?

Дети: Телезрители, зрители…

Воспитатель: Итак, обратите внимание на этот плакат. Пойдемте к нему и откроем первую часть. Что вы тут видите?

Дети: Режим дня.

1. Режим дня.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, что такое режим дня? Зачем он нужен?

Дети: Это ежедневное соблюдение и выполнение в течении дня определенных правил. Это режим питания. Это режим сна в детском саду. Это и зарядка, и прогулка в любую погоду 2 раза в день.

2. Правильное питание.

Воспитатель: Молодцы. С первой частью плаката вы справились. Я открываю следующий листок. Подумайте, о чем в нем говорится.

Дети: О режиме питания. О правильном питании.

Воспитатель: Давайте, мы с вами сейчас за столами попытаемся определить время завтрака, 2—го завтрака, обеда и полдника в детском саду.

Перед вами находятся карточки. Как вы думаете, о чем они могут вам рассказать?

Дети: О том, когда мы едим. О завтраке, обеде и полднике…

Воспитатель: Перед вами находятся часы. Вы уже догадались, что вам надо будет сделать?

Дети: Да! Нам надо соединить карточки с названиями приемов пищи с нужным временем.

Воспитатель: Ну, что ж, начинайте.

(Дети выполняют задание)

3. Гигиенические процедуры. (Словесная игра «Доскажи словечко)

Воспитатель: Молодцы, ребята, вы справились и со второй частью плаката. Я открываю следующий листок. Как вы думаете, о чем мы с вами сейчас будем говорить?

Дети: О гигиене. О процедурах чистоты…

Воспитатель: Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте.

--Чисто жить—(здоровым быть)

--Объявляем бой бациллам—моем чисто руки (с мылом)

--Кто опрятен—тот (приятен)

--Каждой вещи—свое (место)

--Здоровье в порядке—спасибо (зарядке)

--От простой воды и мыла—у микробов тают (силы)

--Нас от гриппа и ангины—всех спасают (витамины)

--Солнце, воздух и вода—наши лучшие (друзья)

--Творог, овощи и фрукты—всем полезные (продукты)

Загадки:

Всегда хожу я вниз зубами

Гулять по вашей голове

Полезно вам, приятно мне (расческа)

Говорит дорожка—

Два вышитых конца:

«Помойся хоть немножко,

Чернила смой с лица.

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня. (полотенце)

Лег в карман и караулю

Реву, плаксу и грязнулю.

Вытри ротик, реки слез,

Не забуду и про нос. (носовой платок)

4 Физминутка.

(Детям дается задание перенести с подноса в корзину только полезные для здоровья продукты)

5 Закаливание. (Д/И «Найди пару»)

Воспитатель: Впереди лето. Прекрасная пора для закаливания организма. И мы с вами сейчас снова поиграем. Перед вами картинки—модели. Вам нужно правильно соединить эти карточки.

Дети: (Находят пару к каждой картинке)

6 Медицинский осмотр.

Воспитатель: Что такое медосмотр?

Дети: Это когда врачи осматривают.

Воспитатель: Для чего он нужен?

Дети: Чтобы узнать, нет ли каких—то скрытых болезней в организме.

Воспитатель: Какие врачи осматривают детей перед 1—м классом?

Дети: Окулист, лор, невропатолог, хирург…

Воспитатель: У каждого из вас есть рабочие инструменты врачей. Давайте, вы сейчас расскажете о работе того врача, чьи инструменты находятся у вас.

Дети: (Рассказывают)

Воспитатель: Давайте подведем итоги нашего занятия. Мы с вами смогли правильно открыть все части нашего плаката. Справились со всеми заданиями. Давайте теперь по нашему плакату расскажем, что же такое здоровая жизнь.

Дети: Здоровая жизнь—это режим дня, режим питания, гигиена, закаливание, прохождение медосмотра вовремя…