Непосредственно-образовательная деятельность

с детьми старшего возраста «Ларец здоровья»

Задачи:

1. Продолжать формировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни, о правилах, помогающих сохранить и укрепить здоровье.

2. Расширять представления детей о составляющих здорового образа жизни: правильное питание, распорядок дня, занятие физкультурой, соблюдение правил личной гигиены.

3.Развивать познавательный интерес, память, мышление, речь, умение рассуждать и делать умозаключения.

4.Обогащать и активизировать словарь за счет слов: предметы личной гигиены, режим дня, спорт, полезные продукты.

5.Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту.

Ход:

Организационный момент:

В-ль: Собрались все дети в круг

Я твой друг и ты мой друг.

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

Ребята, в нашу группу пришло электронное письмо от Аха.

Жили рядом Ох и Ах

-Друг от друга в двух шагах.

Ах – шутник и хохотун,

Ох – отчаянный ворчун.

- Ох, ох, ох – вздыхает Ох.

- Всё не этак, всё не так.

Охать, Ох большой мастак!

Ай, ай, ай, как Оху плохо!

Что же делать с нашим Охом?

Ох болеет день и ночь

Как же нам ему помочь?

- Ребята, посмотрите на Оха. Какой он? (высказывания детей)(грустный, печальный, неопрятный, больной…) .

- Хорошо быть больным?

- Поможем Оху выздороветь? Как ему помочь? (высказывания детей)

- Ребята, хотите, я поделюсь с вами секретом?

-Здоровье – это самое ценное, что есть у человека, это сокровище - клад, но его получает не каждый, а только тот, кто выполняет правила здоровья. Вы эти правила знаете, только не всегда соблюдаете.

-Кто из вас, ребята, знает, что здоровью помогает? (высказывания детей)

-Правильно, нужно заниматься физкультурой, правильно питаться, соблюдать личную гигиену, режим дня, и быть в хорошем настроении (чаще улыбаться).

У меня есть «ларец здоровья», он пуст, мы его наполним правилами здоровья и отправим Оху. Он будет соблюдать эти правила здоровья и обязательно поправится.

В-ль: Угадайте-ка, ребятки, все мои загадки.

Весной сажают,

Летом поливают,

Пропалывают, тяпают,

Осенью выкапывают (овощи )

Съедобные плоды,

На дереве висят,

Когда они созреют,

Вниз упасть спешат (фрукты)

- Овощи и фрукты – это полезные продукты? Где можно купить полезные продукты?

Поиграем в игру «Магазин». Проведем эстафету, разделимся на две команды. Каждая команда должна выбрать в магазине только полезные продукты. Что Вы выберете, то и положим в ларец здоровья.

Или: Поиграем в игру «вершки и корешки»

Съедобный корень овоща будем называть корешки, а съедобный плод на стебле – вершки. Я называю плод, а вы встанете на носочки, если съедобные вершки, приседаете –если съедобные корешки.

2. Ребята, у меня есть волшебный мешочек. Попробуйте угадать на ощупь, что там.(дети по очереди угадывают и достают предметы.

-Для чего нужна расческа? (зубная щетка, мыло…) Как можно назвать все эти предметы?

(предметы личной гигиены)

Как вы думаете, нужны эти предметы Оху?(положим в ларец)

3. Вос-ль читает стихотворение-путаницу о режиме дня.

-Ребята, что перепутал Ох? (распорядок дня)

Давайте составим правильный распорядок дня (дети выкладывают по спектрам режим дня)

- Вот теперь Ох будет правильный режим дня соблюдать.

4. Ребята, для вас Лиза приготовила стихотворение, послушайте его.

Спорт ребята, очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт-помощник,

Спорт-здоровье,

Спорт- игра.

Спорту дружно скажем -Да!

О чем оно? (о спорте) А Вы, ребята, занимаетесь спортом, физкультурой? (дети рассказывают о своих занятиях спортом).

Физминутка (звучит песня о физкультуре «Эй, лежебоки», мы выполняем комплекс упражнений)

-Ребята, у меня есть картинки с разными видами спорта, давайте мы их разберем на зимние и летние виды спорта. Пусть Ох выберет, чем ему хочется заниматься.

5. В-ль:

В жизни, разное бывает:

И печаль и радость.

Чтобы ни было, ты знай!

Надо жить – не унывать.

Надо больше улыбаться,

И здоровья всем желать!

-Ребята, давайте нарисуем Оху веселые смайлики, пусть он улыбнется. А от улыбки и мир станет светлей.

(звучит песня « От улыбки», дети рисуют на круглых заготовках смайлик).

- Вот и собрали мы ларец с правилами здоровья (подведение итога)

А теперь, я предлагаю сделать общую фотографию здоровых людей (вместе с гостями делаем общее фото)