**Тема НОД**

**Конспект непосредственно образовательной деятельности**

**«Путешествие в страну здоровья»**

Составила:

Воспитатель I квалификационной категории

МБДОУ №22 комбинированного вида

Пронина Светлана Сергеевна

**Интеграция направлений развитии дошкольников:**

***-Образовательная область:*** физическое развитие.

***Цель:*** формировать представления о ЗОЖ, становлении целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами при формировании полезных привычек.

***-Образовательная область:*** речевое развитие.

***Цель:*** уточнять высказывания детей, учить высказывать предположение и делать простейшие выводы, развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, диалогическую речь.

***-Образовательная область****:* социально-коммуникативное развитие.

***Цель:*** формирование основ безопасного поведения в социуме; эмоциональной отзывчивости, сопереживания.

***-Образовательная область****:* художественно-эстетическое развитие.

***Цель: развивать*** эстетическое восприятие, чувства ритма.

***-Образовательная область****:* познавательное развитие.

***Цель :***развивать сенсорные и сенсорно-моторные способности.

***Цель:***

- обучать детей заботиться о своем здоровье.

- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, диалогическую речь, умение рассуждать, делать выводы и умозаключения.

- развивать понятие о строении носа и его жизненном значении.

- закреплять знания о сенсорной системе человеческого организма –глаза, уши, нос, их значение в нашей жизни, профилактике заболеваний.

- закрепить понятие о строении своего тела, навыки общего массажа и ушной раковины; упражнение для глаз.

- активизировать словарь по теме.

 - формировать представления, что большинство заболеваний носит инфекционный характер, разъяснить, что человек в силах сопротивляться болезням.

 - формировать действенный интерес к собственному организму и здоровью, желание быть здоровым и вести здоровый образ жизни

- воспитывать уважительное отношение к людям, имеющим необычный внешний вид или физические недостатки, стремиться им помочь.

**Задачи:**

***Образовательные***: развивать диалогическую речь, умение рассуждать ,делать выводы и умозаключения; закреплять основы здорового образа жизни.

***Развивающие****:* желание быть здоровым и вести здоровый образ жизни.

***Воспитательные****:* воспитывать интерес к своему организму и собственному здоровью и уважительное отношение к людям с ограниченными возможностями, стремление помогать и сопереживать и сотрудничать.

**Возраст детей:** 6-7 лет.

**Формы непосредственной образовательной деятельности**: занятие познавательного и физического развития.

**Формы организации:** группа.*:*

**Методы и приемы:**

- практические;

- наглядные (иллюстрации);

- словесные (художественное слово, вопросы к детям);

- игровая (лаборатория)

**Словарь новых слов:** барабанная перепонка, сетчатка, носовая перегородка (хрящевая).

**Демонстрационный материал:** плакаты с изображениями (нос, глаз, ухо); емкости с разными запахами; дорожка здоровья (камни, горох).

**Предварительная работа:**

Проведение кружковых занятий: «Что я знаю о себе»; «Мои чувства, мои мысли»; «Каким образом мы видим»; «Глазки просят помощи», «Как нужно заботиться о глазах», «А ушки чтобы слышали», «Болезни уха», «Профилактика ушных заболеваний», «Как нос чувствует запахи», «Как слышат и чувствуют запахи животные».

**Дидактические игры:** «Угадай на слух», «Мои помощники», «В гостях у Айболита».

**Чтение художественной литературы:** К.И.Чуковский «Мойдодыр», «Жил на свете человек, скрюченные ножки…»; Л.А.Барто «Девочка -чумазая»; В.Катаев «Цветик-семицветик».Е.А.Алябьева «Знакомим детей с человеческим организмом»; Т.А.Шорыгина «Сказки –подсказки о здоровье».

**Ход непосредственной образовательной деятельности (НОД):**

Перед входом в помещении, где проводится занятие, стоят рисованные ворота с надписью: «Страна здоровья». Дети входят в зал, встают в рассыпную, здороваются.

Воспитатель: «Здравствуйте дети! Повернитесь друг к другу, улыбнитесь и поздоровайтесь друг с другом»

- Что мы пожелали друг другу?

**Дети:** «Мы пожелали друг другу здоровья».

Что такое здравствуй?

Лучшее из слов, потому что здравствуй – значит будь здоров.

Вечером расстались – встретились с утра,

Значит слово, здравствуй, говорить пора.

**Воспитатель:** Дети, что такое здоровье? Как вы понимаете?

**Дети:** Здоровье – это счастье. Когда человек здоров, он улыбается. Здоровый человек хорошо учиться, работает. Здоровье – это красота. Здоровому человеку хорошо живется.

**Воспитатель:** А что такое человек?

**Дети**: Человек – это дети, девочки, мальчики, взрослые – мужчины и женщины, бабушки и дедушки.

**Воспитатель:** Какие части тела есть у человека?

**Дети**: голова, руки, ноги, туловище.

**Воспитатель**: Организм человека состоит из множества органов. Человек может быть здоровый и может болеть. Как можно узнать, что он болен?

**Дети:** он не весел, у него поднялась температура, ему хочется лежать в постели и т.д.

**Воспитатель:** Дети, чтобы хорошо расти и быть здоровым, как надо заботиться о своем организме.

**Дети:** заниматься спортом, делать зарядку, больше гулять на свежем воздухе, проветривать помещение, есть больше фруктов и овощей, не бояться делать прививки и т.д.

**Воспитатель**: Правильно. Нужно заботиться о своем здоровье (звучит музыка, появляется волшебница, несущая в руках цветик-семицветик).

**Волшебница:** А вот и я – узнали вы меня друзья?

Я всем вам здравствуй говорю,

И вот цветочек вам дарю.

А цветочек непростой, волшебный цветик-семицветик.

Воспитатель благодарит волшебницу.

**Волшебница:** Он поможет вам всегда быть здоровыми.

**Воспитатель**: (срывает лепесток)

- Лети, лети лепесток…хотим, чтобы мы побывали в стране здоровья.

**1ый ребенок:** Мы сильны, мы смелые

 Нет слабых среди нас!

 В страну «Здоровья»

 Отправимся сейчас.

Под музыку дети плывут на лодке (на скамейке имитирую движения), подлезают под дугу, идут по дорожке здоровья.

Построение в три колонны. Отрывают следующий лепесток.

Лети, лети лепесток…хотим, чтобы у нас была красивая осанка.

**2ой ребенок:** Начинаем тренировку,

 Очень смело, очень ловко.

 Знаем мы один секрет и такое слово –

 Спорт мы любим с детских лет

 Будем все здоровы.

Упражнение «Я позвоночник берегу». Это упражнение могут выполнять и взрослые.

Я позвоночник берегу (Наклоны туловища вправо, влево,

Сам себе я помогу. ладони скользят вдоль туловища).

Все выполняю по порядку: (Ставят руки на пояс – поднимают

 и опускают плечи).

Сначала делаю зарядку – нагнусь, (Наклоняются вперед, назад,

Прогнусь и выпрямлюсь. встают прямо – 2 раза)

С друзьями поиграю в мяч. (Бегут на месте)

Он весело помчится вскачь. (Прыжки)

И а столом я посижу, (Делают «полочку» -

И телевизор погляжу. Руки перед грудью)

Но буду помнить я всегда-

Должна прямою быть спина.

**Воспитатель:** Вот сделали упражнение для позвоночника, вспомнили, какой должна быть у нас спина. Как нужно расправлять плечи, чтобы у нас была красивая спина?

**Дети:** Сидеть прямо, не сгибая спины, плеч во время занятий и просмотра телевизора.

Отрывает следующий лепесток.

Лети, лети, лепесток…Хотим, чтобы мы побывали на остановке «Зоркого глаза».

**Воспитатель:** Разберемся вместе дети,

 Для чего глаза на свете?

 И зачем у всех у нас

На улице по паре глаз?

**Дети:** Чтобы лучше видеть все то, что нас окружает.

**Воспитател**ь: Отчего устают глаза?

**Дети:** От телевизора, от компьютера, от плохого освещения, нельзя много читать, рисовать, низко наклонять голову.

**Воспитатель:** Без телевизора скучно, друзья

 Но долго смотреть телевизор нельзя!

Как называют людей, которые не видят?

**Дет**и: Слепыми.

**Воспитатель:** Да, слепому человеку очень трудно жить, общаться. Что нужно делать, чтобы глаза лучшее видели?

**Дети:** Мыть чистой водой, нетрогать глаза грязными руками.

**Воспитател**ь: Какие помощники есть у нас, которые защищают глаза?

**Дети:** Веки, ресницы – они прикрывают глаза от пыли, ветра.

**Воспитатель**: Что нужно делать, чтобы глаза были здоровыми и снять с них усталость?

**Дети:** Для снятия усталости с глаз, нужно делать гимнастику.

Дети садятся на пол по-турецки, звучит тихая мелодия, все делают гимнастику для глаз. Взрослые тоже выполняют гимнастику для глаз.

1.Зажмуриться изо всех сил, потом открыть глаза.

2.Отводить глаза вправо-влево, вправо-влево.

3. «Нарисовать» пальчиком, солнышко.

4.Отводить глаза вверх – вниз, вверх – вниз.

- Ну, вот и сняли усталость с наших глаз.

Отрывает следующий лепесток –

В этот момент звучит громкая музыка.

**Воспитатель:** Дети, что вы слышали, пока мы делали гимнастику?

**Дети**: Тихую музыку.

**Воспитатель:** А что слышите сейчас?

**Дети:** Громкую музыку.

**Воспитате**ль: При помощи чего мы слышали? (ответы детей).

- Дети, я уже говорила, как необходим человеку слух. Слух – это огромная ценность для человека и животных. Что такое слух?

**Дети**: это ,когда мы слышим друзей ,маму……..

**Воспитатель:** Это целый мир звуков. Что мы слышим?

**Дети:** Пение птиц, журчание ручейка и т.д.

**Воспитате**ль: Дети, представьте, что это все мы не будем слышать!

 - Как называют людей, которые не слышат?

**Дети:** Глухими. Эти люди ничего не слышат .Это таких людей называют инвалидами.

**Воспитатель:** Глухота – это потеря слуха, она поражает одно или оба уха.

 - Как мы должны беречь уши?

**Дети:** Нельзя кричать в уши друг другу. Нельзя самим чистить уши ,а только мама .Нельзя простужать ноги ,если ноги простынут и могут заболеть уши…………..

**Воспитатель**: Да если поранить в ухе барабанную перепонку, то человек не будет слышать. Глухим, как и слепым людям очень тяжело жить: они не слышат речь, звуки. Таким людям надо всегда приходить на помощь. Как мы можем им помочь?

**Дети** : Когда такие люди идут по дороге им нужно помогать переходить через дорогу ,они не могут услышать сигналы машин …..

**Воспитатель:** Вот поэтому нужно уши беречь.

 Чтобы ушки не болели,

 Чтобы ушки здоровели,

 Ушкам сделаем массаж,

 Чтобы лучше слышать нас.

Массаж ушей. Взрослые делают вместе с детьми.

Быстро ушки разотрем,

Козелочки разомнем.

Их сгибаем, разгибаем

И ладошкой прижимаем.

Игра «Угадай, кто позвал».

Дети встают по кругу, водящему надевают колпак до плеч. Под музыку дети ходят по кругу и говорят слова:

 Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка считать.

 Ну, попробуй-ка, дружок,

 Отгадай, чей голосок?

(На конец музыки дети останавливаются, водящий указывает палочкой, кто позовет)

**Воспитатель**: Отрываю лепесток, чтоб понюхал наш носок.

 Дети, как вы думаете, нужен ли нам нос?

 Для чего нам нос?

**Дети:** Если не будет носа, мы не сможем дышать и узнавать запахи, будем некрасивыми.

**Воспитатель**: Нос разделен перегородками – хрящевой пластинкой. Носовая полость очень хрупкая и легко ломается.

Теперь про запах - в средней части носа находится центр обоняния – нервы (предложить детям повторить). Нервы передают информацию о запахах, напоминающих звук, вашему мозгу. (Повторить куда передают – мозгу)

Когда мы дышим, воздух разряжает кончики нервов, так мы чувствуем запахи. Как мы должны беречь нос от болезни? Ведь бывает, что нос не дышит.

**Дети:** Надо носить теплую обувь, одежду – не простужаться, кушать витамины.

**Воспитатель:** Подойдем к столу поближе-

 Нос опустим ниже, ниже…

 Вы понюхайте, ребята,

 Чем же пахнет?

(Дети нюхают стаканчики с различными запахами, определяют запах. Играют взрослые и дети).

Входит простуда.

**Простуда:** Я – микроба страшная, вредная, ужасная.

 И люблю я не букашек, а грязнуль и замарашек.

 Я люблю ленивых, хилых, не спортивных, не красивых.

 Буду кашлять и чихать и детишек заражать!

**Дети:** Не боимся мы угроз –

 Ты не сомневайся,

 И не будем мы болеть,

 Даже не старайся.

**Воспитатель:** Да ты что, Простуда? Наши дети не боятся тебя, мы часто проветриваем комнату. Ты лучше посмотри, как дети умеют делать массаж. А ты – делай с нами, делай, как мы, делай лучше нас!

(Дети делают массаж на нос и дыхательную гимнастику носом. Взрослые выполняют массаж вместе с детьми)

**Простуда:** Да, у меня нос стал дышать.

 Нос не должен быть простужен,

 Нос здоровым всем нам нужен!

 Мне понравилось быть здоровой, и мне понравился вам массаж, запомню (шмыгает носом)

- Простите, а это что у вас за цветок?

Воспитатель: Это цветик-семицветик. Можешь загадать желание, оторвать лепесток и желание сбудется).

**Простуда:** (Отрывает лепесток) – Хочу детям загадать загадки, они их ни за что не отгадают.

 - Он бывает самым разным –

 Добрым, вредным,

 Гордым, важным,

 Длинным, маленьким,

 Горбатым, толстым, тонким,

 Конопатым. (нос)

 Один говорит – язык.

 Двое глядят – глаза.

 Двое слушают – уши.

 Не сеют, не сажают, сами вырастают. (волосы)

 Если б не было его, не сказал бы ничего. (язык)

 Пять братьев – всем одно имя? (пальцы).

Последний лепесток- последнее желание?

**Дети:** Хотим потанцевать. Взрослые

танцуют вместе с детьми под музыку В.Высоцкого.

Ритмические движения под музыку. Простуда танцует вместе с детьми, веселится – ей это нравится. Она хвалит детей, что они все знают о своем организме, помогают сами себе быть здоровыми. Угощает детей фруктами.