**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида №28 пгт. Черноморского муниципального образования Северский район**

**Конспект открытого занятия по здоровьезберегающей технологии для старшего дошкольного возраста.**

**Тема: «Если хочешь быть здоров»**

**02.10.2014г**

**Воспитатель: Шудря Наталья Александровна**

**Конспект открытого занятия по здоровьезберегающей технологии для старшего дошкольного возраста.**

Тема: «Если хочешь быть здоров»

Цели:

1. Закрепить представление детей о приспособляемости человека к знимним условиям жизни.

2. Познакомить детей с использованием факторов природной среды для укрепления здоровья человека.

3. Дать детям знания об использовании средств народной медицины при простудных заболеваниях.

4. Познакомить детей с правилами поведения при простудном заболевании.

Материал:

Модели приготовления человека к зиме, причина возникновения простудных заболеваний, мероприятия по закаливанию, использования средств народной медицины при простудных заболеваниях, правила поведения при заболевании; волшебный сундучок, письмо, панно, иллюстрации с заболевшими и здоровыми человечкам.

Ход занятия:

Педагог обращает внимание детей на то, что в волшебном сундучке появилось письмо.

Педагог: «Ребята, нам пришло письмо от нашего друга путешественника гномика Дзиня. Он пишет, что приехал к своим друзьям в страну Неболейка. В этой стране круглый год было лето, но вдруг к жителям страны пришел в гости Холодрыга и жители, которые никогда не знали зимы и холода, сразу заболели. Король Будьздорович и Дзинь не знают, что делать и как помочь жителям. Посмотрите на эту картинку, где все грустят и болеют жители страны. Ребята, давайте поможем жителям этой страны! »

Задание 1

Педагог: «Сейчас на дворе зима, и люди, как и звери, готовилсь к её приходу. Ребята, расскажите, как человек готовился к приходу зимы? »

Примерные ответы детей (утеплили свои дома, смениили одежду и обувь на более теплую, сделали заготовки некоторых продуктов и трав на зиму). Педагог подводит итог сказаному детьми и вывешивает на панно модели приготовления человека к зиме.

Задание 2

Педагог: «Зима – очень опасное время года. Многие дети и взрослые болеют прос тудными заболеваниями: у них начинает болеть горло, появляется насморк, кашель, поднимается температура. Ребята, как вы думаете какие причины появления простудных заболеваний? »

Примерные ответы детей (люди одеты не по погоде, дети едят снег и сосут сосульки на улице, общаются с заболевшими людьми, не закаляются). Педагог отмечает правильные ответы детей и

выстовляет модели на панно.

Задание 3

Педагог: «Ребята, чтобы не болеть зимой, надо закаляться, тогда наш организм будет сильным и сможет бороться с болезнями. Давайте расскажем Дзиню как мы закаляемся в саду. »

Примерные ответы детей (гуляем в любую погоду, не носим слишком теплую одежду, полоскаем рот прохладной водой, делаем гимнастику, спим с открытой форточкой). Педагог обобщает ответы детей и выставляет модели закаливания на панно.

Педагог: Ребята, давайте покажем королю и Дзиню, как мы выполняем упржнения.

Физкультминутка:

Чтобы сильным стать и ловким, (Сгибание-разгибаниерук к плечам в стороны.)

Приступаем к тренировке. (Шагаем на месте.)

Носом вдох, а выдох ртом. (Руки на поясе, вдох-выдох.)

Дышим глубже, (Руки вверх-вдох; руки вниз-выдох.)

А потом шаг на месте, не спеша. (Шагаем на месте.)

Как погода хороша! (Прыжки на месте.)

Не боимся мы пороши, (Шагаем на месте.)

Ловим снег — хлопок в ладоши. (Хлопаем в ладоши.)

Руки в стороны, по швам, (Руки в стороны.)

Хватит снега нам и вам. (Хлопаем в ладоши.)

Мы теперь метатели, (Изображаем метание левой рукой.)

Бьем по неприятелю. (Изображаем метание правой рукой.)

Размахнись рукой - бросок! (Изображаем метание левой (правой) рукой.

Прямо в цель летит снежок. (Хлопаем в ладоши.)

Что там чудится в тумане?

Что там чудится в тумане? (Дети вытягивают руки вперёд.)

Волны плещут в океане. (Дети машут руками, изображая волны.)

Это мачты кораблей. (Дети вытягивают руки вверх.)

Пусть плывут сюда скорей! (Дети приветственно машут руками.)

Мы по берегу гуляем,

Мореходов поджидаем, (Ходьба на месте.)

Ищем ракушки в песке (Наклоны.)

И сжимаем в кулаке. (Дети сжимают кулачки.)

Чтоб побольше их собрать, —

Надо чаще приседать. (Приседания.)

Шеей крутим осторожно

Шеей крутим осторожно —

Голова кружиться может.

Влево смотрим — раз, два, три.

Так. И вправо посмотри. (Вращение головой вправо и влево.)

Вверх потянемся, пройдёмся, (Потягивания — руки вверх, ходьба на месте.)

И на место вновь вернёмся. (Дети садятся.)

Задание 4

Педагог: «Появление боли в определённом месте предупреждает нас: организм не в порядке, нужно его лечить. А назначить правильное лечение может только врач, поэтому спешить принимать таблетки не следует. Можно сначала обратиться к средствам народной медицины. Они не могут принести вреда организму человека. Ребята, вспомните какими средствами народной медицины вас лечит мама до прихода врача? »

Примерные ответы детей (тёплое молоко с мёдом, чай с малиной, дышать паром от картошки, есть чеснок). Педагог выставляет модели на панно.

Педагог: «Ребята, если вы всё-таки заболели, то вам необходимо соблюдать, которые помогут скорее выздороветь: не ходи на холоде, сильно не сморкайся, не пей и не ешь холодного, полощи горло, сделай теплую ванну для ног, ляг в постель, чаще проветривай комнату и вызови врача, который определит болезнь и назначит лечение. » Педагог выставляет на панно модели поведения в случае заболевания.

Педагог: «Ребята, мы с вами сегодня узнали, что необходимо делать для того, чтобы не болеть, и все правила постараемся выполнять. И теперь мы нашими знаниями поделемся с королём страны Неболейка и её жителями (педагог все модели складывает в волшебный сундучок и закрывает его. После небольшой паузы и слов «Лети, лети письмо скорей» педагог открывает сундучок и достаёт иллюстрация с изображением здоровых жителей страны Неболейка). Ура, ребята! Мы помогли жителям страны и королю. Мы молодцы! »