

Конспект непосредственной образовательной деятельности

«Цветок здоровья»

(старший дошкольный возраст)

Задачи: Создать положительный эмоциональный настрой. Вызвать желание заниматься совместной двигательной деятельностью. Формировать у детей представление о необходимости заботиться о своем здоровье. Развивать внимание, память, связную речь. Развивать умения: работать в коллективе, взаимодействовать, доводить начатое дело до конца. Развивать двигательную активность детей через подвижные игры, физические упражнения, танцевальные и имитационные движения. Воспитывать бережное отношение к себе и другим.

Место проведения: спортивная площадка на улице.

Предварительная работа: знакомство с лекарственными растениями, разучивание стихотворений про растения, рассматривание иллюстрации с их изображением.

Оборудование и материалы: карточки с изображением лекарственных растений, волшебный цветок здоровья, звуки природы и мелодий, обручи, гимнастическая скамья, кочки (мягкие модули), плакат с перепутанным режимом дня, карточки с изображением отдельных режимных моментов, кукла Доктора Айболита (кукольный театр)

Содержание непосредственной образовательной деятельности.

Звучит музыка и на участок к детям на самокате приезжает Лесовичок.

Лесовичок. Здравствуйте ребяташки: девчонки и мальчишки. Ехал к вам издалека. Прихватил с собой своего дружка червячка. *(Достает из кармана червячка)*. Поздоровайтесь с ним, а то он обидчивый, и улыбнитесь ему, друг другу.

Восп. Уважаемый Лесовичок, как же вы оказались у нас в саду, что – то случилось?

Лесовичок. Разве вы не знаете, какая беда пришла в наш лес?

Восп. Рассказывайте скорей.

Лесовичок. Все животные в нашем лесу заболели. Лежат и ничего делать не хотят, птицы песен не поют. У нас похитили " Волшебный цветок здоровья", который охранял нас. Но его можно вернуть, если собрать лепестки, разбросанные по лесу. Очень вас просим помочь нам собрать лепестки. Для этого нужно отправиться в путешествие.

Восп. Поможем Лесовичку собрать "Волшебный цветок здоровья"?

Лесовичок. Ребята, в путешествие могут отправиться только те, кто не боится трудностей, кто считает себя смелым и ловким.

Восп. Мы смелые! Мы ловкие? Отправляемся в путешествие. Первый лепесток спрятан на поляне где растут лекарственные растения.

Но чтобы попасть на поляну мы должны пройти через речку. Посмотрите, какой тонкий мостик. Вы должны быть очень внимательны.

(Дети поочередно переходят импровизированную речку по тонкому мосточку, затем, перепрыгивая с кочки на кочку, оказываются на поляне.)

Восп. Дети мы на поляне, где растут лекарственные растения *(Звучит музыка.)*

Лесу низкий наш поклон,

Все болезни лечит он.

Это сказочное царство,

Где кругом растут лекарства.

Здесь растут растения, которые помогают нашему организму справиться с болезнью. Давайте их рассмотрим. Лепесток будет наш, если мы правильно назовем растения и скажем, какую пользу оно приносит.

(Дети поочередно берут карточки с изображением лекарственных растений и говорят, какую пользу они приносят, дети могут использовать для ответов ранее разученные стихотворные формы))

Сосна – от кашля.

Сосновые почки

Не лекарство – просто чудо,

Вмиг пройдет вся простуда.

Медуница – от укусов змей.

Девясил – чтобы сила была.

Чтоб назад вернулась сила

Пей настойку девясила.

Ежевика – от ангины

Ежевике собери, ежевику отвари,

Чтоб над ней клубился пар, -

Вместо чая пей отвар.

Черемуха – от боли в глазах.

Крапива – боли в спине.

Липа – от простуды.

У тебя я слышу хрипы...

Выпей - ка отвара липы.

Чабрец – от опухлей.

Полынь – для аппетита.

Пей полынную настойку

И вернется аппетит.

Ромашка – от зубной боли.

Полощи ромашкой рот,

И зубная боль пройдет.

Мята - изжога, нервы.

Клюка - от жажды.

Одуванчик – от печени.

Ты настойку из корней
Одуванчика попей!
Даже года не пройдет –
Будешь вновь здоров!

Подорожник – *от ран.*

К свежей ране осторожно
Подорожник приложи.

Мак – *от бессонницы.*

На ночь выпей ложек пять, -
Как убитый будешь спать.

Восп. Молодцы дети! Мы вернули лепесток. А сейчас мы можем поиграть.

Подвижная игра "Из обруча в обруч" (подлезание, и прыжки из обруча в обруч).

Восп. Перед нами гора, необычная. Да это спящий великан. Если мы отгадаем загадки о частях тела, то получим лепесток.

Загадки.

Всю жизнь ходят в обгонку
А обогнать друг друга не могут. *(Ноги.)*

Два Фомы с одной и другой стороны
И шьют и вяжут, и косят и красят. *(Руки.)*

Два брата друг друга не видят,
Но все слышат. *(Уши)*

Не часы, а тикает. *(Сердце.)*

За стеной костяной Соловеко - спой. *(Язык.)*

Между двух святил я в середине один. *(Нос.)*

Два соседа непоседа
День на работе,
Ночь на отдыхе. *(Глаза.)*

У двух матерей
По пяти сыновей,
Одно имя всем. *(Пальцы.)*

Восп. Молодцы ребята. Вы хорошо справились с задачей. Теперь можем и поиграть

Малоподвижная игра "Путаница". - На плакате все основные моменты режима дня перепутаны. На мольберте есть карточки, которые надо

поставить в определенном порядке и создать общий режим дня для каждого человека. *(Дети подходят к мольберту, получают набор карточек с изображением этапов режима дня и распределяют их по порядку).*

Восп. Для чего нужна зарядка? – это вовсе не загадка – Чтобы силу развивать и весь день не устывать.

Восп. Перед нами остров Олимпийский. На вершине спрятано два лепестка. А попасть туда мы можем через тоннель. *(Дети идут на четвереньках, по наклонной доске проходят к вершине).*

Восп. Дети, мы благополучно прошли тоннель и оказались на вершине Олимп. Посмотрите, как высоко мы с вами забрались, и как ярко светит солнышко. Давайте поиграем.

Хоровод "Солнышко - ведрышко".

Слова:

Солнышко-ведрышко, погуляй у речки.

Солнышко-ведрышко, разбросай колечки.

Мы колечки соберем, золоченые возьмем,

Поиграем, покатаем и опять тебе вернем.

Восп. У нас оказалось еще два лепестка. Какие мы молодцы! Но, нам нужно отправляться в путь. Перед нами самое большое дерево. Здесь ведет свой прием Доктор Айболит. Здесь тоже спрятали лепесток. *(Воспитатель подходит к ширме, стоящей возле дерева, используя кукольный театр, показывает Доктора Айболита, (куклу), который задает вопросы).*

Доктор Айболит. Ребята, я верну вам лепесток, но вы должны ответить на вопросы: "От чего кожа может повредиться и заболеть?" (Человек обгорел на солнце, после работы появились мозоли, покусали комары, зимой отморозил руки, упал и поранился, в ранку попала грязь, ходил босиком и поранил кожу ног, был неосторожен при работе с иглой и ножницами.)

Доктор Айболит. Что бы этого не произошло, человек должен знать, как правильно себя вести. Сейчас мы выясним, что нужно делать, чтобы кожа была чистой и здоровой в игре.

П/и "Можно или нельзя". *(Дети внимательно слушают воспитателя, если этого делать нельзя дети приседают, если можно – прыгают).*

Восп. Ребята, будьте внимательны:

не обрабатывать ранки;

париться в бане;

долго находиться на солнце;

при необходимости обращаться к врачу,

расчесывать воспаленное место;

прикладывать лист подорожника;

мыться теплой водой с мылом;

закаляться;

облизывать ранку,

пользоваться мазями и растворами (йод, зеленка, перекись водорода).

Восп. С Доктором Айболитом попрощались,

дальше в путь засобирались.

Мы поход наш продолжаем,
Автомобильный маршрут выбираем...

Ритмическая гимнастика «Автомобиль». (*Дети выполняют движения под музыку.*)

«Заводят моторы» — вращательные движения руками.

«Едут»- легкий бег по кругу.

«Нажимают на педаль» — поднимают согнутую в колене ногу, выпрямляют, обратное движение,

«Работают дворники» — двигаются согнутые в локтях руки)

Восп. Как мы весело проехали на нашем автомобиле. Все улыбаются. Отгадайте загадку: "Полон хлебец белых овец". (Зубы.) Ребята мы получим лепесток, если ответим на вопросы. Как вы думаете, что надо делать, чтобы всегда была здоровая улыбка. Чем покрыты зубы? Почему портятся зубы? (Если не ухаживать за зубами в них образуется кариес, появляется дырочка, они начинают болеть)

(*Дети отвечают на вопросы, вспомнив ранее изученные стихотворения.*)

Я уже большой,
Я сам чищу зубы по утрам.
Чищу, чищу,
Не ленюсь,
Кариеса не боюсь.

Чищу, чтобы не болели,
Чищу, чтобы не темнели,
И снаружи, и внутри,
Мама, мама,
Посмотри — Зубки чистые мои!

Восп. А давайте поиграем.

Малоподвижная игра "Что вредно, что полезно". (*Дети внимательно слушают воспитателя, если этого делать нельзя дети приседают, если можно – прыгают.*)

Вредно: грызть орехи, есть очень холодную и горячую пищу, есть много сладкого, не ходить к врачу, когда болит зуб, не полоскать рот после еды.

Полезно: чистить зубы 2 раза в день, есть много фруктов, овощей, посещать врача стоматолога, не есть много сладкого, не грызть ручки и карандаши.

Восп. Ребята, нам осталось найти последний лепесток. А спрятан он на веселой лужайке. Это не простая лужайка, на ней происходят разные превращения. Подходите ближе. Становитесь в большой круг. В зависимости от того какая звучит музыка, мы и будем превращаться в разных героев.

(дети выполняют упражнения)

"Солдатики" – ходьба по кругу
 "Гномики" – шаг с носка и пятки
 "Пожарники" – бег по кругу
 "Стойкие оловянные солдатики" – прямая нога вперед
 "Лисички" – ходьба с поворотами в разные стороны
 "Попрыгунчики" – подскоки

Восп. Теперь, ребята, у нас с вами все семь лепестков. А смогли мы их собрать, потому что мы с вами дружные, ловкие, смелые. Я думаю, что родители наши могли бы нами гордиться. Давайте назовем все лепестки волшебного цветка здоровья. (Красота, сила, ум, здоровье, благополучие, доброта.) Дети, как вы думаете, какой из этих лепестков самый важный. (Здоровье.) Почему? (Если будет здоровья, то будет и красота и сила и благополучие.). Молодцы дети!

Минутка психологического комфорта.

А сейчас давайте станем в круг. Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладошках у вас лежат маленькие солнышки, через пальчики, как лучики солнышка идет тепло по всей руке. Руки успокоились, отдыхают. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость уходит, мышцы отдыхают. Представьте животик, как мячик или шарик, на вдохе мячик слегка поднимается, на выдохе опускается. Дыхание успокаивается, становится плавным, равномерным. Откройте глазки. Улыбнитесь друг другу. Передайте свое тепло своим друзьям. (Появляется Лесовичок. Дети передают волшебный цветок здоровья.)

Лесовичок: Спасибо вам детишки.

У природы есть закон – счастлив будет только тот, кто здоровье сбережет. Прочь гони-ка все хворобы! Поучись-ка быть здоровым!

Используемые материалы и Интернет ресурсы:

1. Яндекс. Картинки. <http://images.yandex.ru/>
2. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления. М, 2000.
3. Л.М.Молодова Нравственно – экологическое воспитание старших дошкольников. Минск, 1999.