**Конспект НОД по формированию здорового образа жизни**

**Тема: « НАШИ ГЛАЗА»**

Воспитатель

МАДОУ МО г. Краснодара

«Детский сад № 216 « Кораблик детства»

Репнова Александра Алексеевна

Криворотенко Наталья Сергеевна

Старшая группа

**ЦЕЛЬ:**

1. раскрыть значение зрения для восприятия окружающего мира;
2. закрепить знание о строении глаза;
3. объяснить значимость соблюдения правил гигиены;

4.довести до сознания роль витаминов и нетрадиционных методов оздоровления в улучшении зрения.

**ПОСОБИЯ:**

1. кукла Айболит;
2. сундучок, в котором лежат тонкая палочка и темные очки, а также овощи
и фрукты, содержащие витамины А и В, самолетик.
3. две портретные картинки с изображением одной и той же девочки.
4.загадки об овощах и фруктах.

**ХОД ЗАНЯТИЯ: Вос-ль:** Отгадайте, о чем сегодня пойдет речь:

Живет мой брат за горой, не встретится со мной?.. Два братца через дорогу живут, а друг друга не видят?...

(глаза).

* Закройте глаза, что вы видите? Почему вы ничего не видите? Откройте
глаза, что видите ? Чем вы видите?
* Итак, глаза нужны человеку для того, чтобы смотреть, видеть, различать
предметы, их цвет, размер, величину. Через глаза идет сигнал в мозг, в мозге
зарождается мысль, фантазия. Давайте на минуту и мы станем фантазерами.
Перед вами нарисованные фигуры. Это только часть какого-то предмета.
Вообразите этот предмет и дорисуйте недостающие части.

( *Работа детей)*

- Посмотрите на схему, как выглядит наш глаз. Внутри глаза находится
маленький кружочек - это зрачок. Зрачок всегда черного цвета. Большой
круг вокруг зрачка - радужка, она разного цвета.

Посмотрите и скажите, какого цвета радужка глаза у вашего соседа?

* Закройте и откройте глаза. Вы их закрыли и открыли веками. Края глаз
покрыты ресницами. Как вы думаете, для чего вам брови, веки, ресницы?
* Наши глаза все видят, все воспринимают и могут рассказать окружающим
людям о нашем состоянии и настроении. По глазам человека можно узнать
* расположение духа человека - печальный он или веселый. Поэтому говорят: «Глаза - зеркало души».
* - Ребята, доктор Айболит прислал нам две фотографии своей знакомой девочки Варварушки. Замечаете ли вы разницу в выражении ее глаз? В каком настроении девочка на этой фотографии? А на этой? Какая часть лица ярче всего выражает настроение Кнопочки? Как мы можем сказать о таких глазах, какие они? (выразительные). Ребята, а что надо сделать, чтобы улучшилось настроение? ( поиграть, повеселиться,....).
* Физминутка «Любопытная Варвара»
* Раздается стук в дверь, входит Айболит с сундучком.
* Айболит: Здравствуйте, ребята. Как вы себя чувствуете? На зрение никто не жалуется? Нет? Значит вы бережно относитесь к своим глазам. Молодцы. Я хочу вам показать, что лежит у меня в сундучке. Он откроется, если вы правильно ответите на вопрос:
* 1. Когда лучше всего отдыхают наши глаза?
* А) когда открытые; Б) во время сна; В) во время гимнастики
* Открывает сундучок, достает темные очки.
* 2. Когда надо носить затемненные очки?
* во время дождя;
* Б) во время ветра;
* в солнечную погоду.
* *Достает палочку, показывает.*
* 3. Можно ли размахивать палкой?
* А) можно;
* Б) можно, но тупой;
* В) нельзя
* Айболит показывает самолетик: Сейчас этот самолетик улетит высоко -высоко в небо, а мы постараемся его рассмотреть.
* **Физминутка «Самолет»:**
* Пролетает самолет
* С ним собрался я в полет.
*
* Дети смотрят вверх и водят пальцем за пролетающим «самолетом».
* Правое крыло отвел, посмотрел. Левое крыло отвел, посмотрел.
* Отводят попеременно правую и левую руки и прослеживают за ними взглядом.
* Айболит: Ну вот, поработали глазами, теперь надо их «подкормить» витаминами. Я принес вам овощи и фрукты, в которых есть витамины А и В. Эти витамины сохраняют, улучшают и обостряют ваше зрение.
* Показывает овощи и фрукты, сопровождая соответствующими загадками.
* Далее проводится игра «Жмурки»: дети с завязанными глазами определяют на ощупь какие-либо предметы или друг друга.