**КОНСПЕКТ**

**Проведения образовательной деятельности**

**на тему «ЗДОРОВЬЕ –ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ»**

 Воспитатель:Кодзаева Л.В

**Программные задачи:**

Формирование у детей интерес и ценностного отношения к физическим упражнениям и занятиям спортом,закаливанию;

Развивать стремление заботится о своём здоровье.

Формировать начальные представления о здоровом образе жизни ; воспитание культурно-гигиенических навыков.

Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми (в том числе моральными)

Формировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни , о полезных и вредных для здоровья человека привычек; приобщения детей к занятиям.

Развивать свободное общение с взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.

 **ХОД:**

Дети стоят полукругом. Здравствуйте, дети! Ребята, а вы знаете, что слово,, ЗДРАВСТВУЙТЕ,, не только вежливое слово - приветствие , но и слово пожелание. Пожелание здоровья. Я вам желаю здоровья!

Здравствуйте!- Будьте здоровы!

А здоровье ох как нам сейчас понадобится, ведь сейчас зима. А в зимний период люди чаще простывают.

А как думаете, что такое «Здоровье»?

А задумывались ли вы когда-нибудь, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья?

Потому, что здоровье для человека – самая главная ценность!

Ребята, если вы заболели какое у вас настроение?

А что надо делать, чтоб не болеть?

Сегодня мне позвонил доктор- Чистюльщик,и пригласил в гости. Хотите к нему в гости? «Да».Но по дороге к ней нас ждёт много препятствий .

**1.Дидактическая игра «Назови , что лишнее?»**

Красивый Бледный Толстый

Сутулый румяный крепкий

Сильный Стройный Неуклюжий

Ловкий Стройный Подтянутый

Теперь мы знаем,что здоровый человек это : красивый, крепкий, подтянутый, румяный, ловкий, стройный, крепкий.

Мне, кажется, что каждый из вас хотел бы быть таким, что бы выполнять любую работу, читать любимые книги, посещать кружки, бегать, прыгать.

В большей степени, здоровье человека зависит от него самого.

Как сохранить здоровье на долгие годы?

Сегодня на занятии мы отправимся в путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ»

Мы познакомимся с её жителями, и они научат нас секретам здоровья.

Посмотрите на карту нашего путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ»

Посмотрите на карту нашего путешествия : на ней много остановок и на каждой нам придётся узнать много интересного и ответить на многочисленные вопросы.

 « **ДВИЖЕНИЕ-ЖИЗНЬ!»**

«Кто много ходит, тот долго живёт». Правильно ли эта пословица?

Что же делать, что бы дольше прожить и не болеть? Рассмотрим плакат. Нужно бегать, прыгать, играть с мячом, кататься на велосипеде, на коньках, лыжах.

А любите ли вы заниматься физкультурой?

**Что ж, начнём с простой разминки:**

Чтобы не болеть

И не простужаться,

Мы зарядкою с тобой

Будем заниматься.

Чтоб расти нам сильными

Ловкими, смелыми

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем

К солнцу руки поднимаем

Поднимаем, опускаем

Дружно, весело шагаем

Приседаем и встаём

И ничуть не устаём.

Что бы мы никогда не болели,

Чтобы щёки румянцем горели,

Чтобы было здоровье в порядке.

Дружно скажем: «Спасибо зарядке!»

**А следующая остановка «Азбука здоровья»**

На столе разложены карточки с изображением правил .Дети берут карточку и рассказывают какое правило на ней изображено.Что изображено на твоей карточки? Читайте только при хорошем освещении. и т. д.

**Остановка точечный массаж**.

Руки к шее поднимаем и тихонько растираем ,чтоб не кашлять не чихать носик будем растирать. Лобик тоже разотрем, ставим руку козырьком. Знаем - знаем да -да -да, нам простуда не страшна.

Продолжаем путешествие .

**Следующая остановка «Здоровей-ка»**

Чтоб расти и развиваться.

И при этом не болеть

Нужно правильно питаться,

С самых юных лет.

Как вы понимаете то, что я сейчас прочитала? Правильно.

Правильное питание способствует укреплению здоровья. Необходимо принимать в пищу полезные продукты, богатые витаминами .

**Игра «Найди полезные продукты»**.

Дети берут карточки с изображением фруктов и овощей .Остаются картинки с изображением чипсов, кока-колы, сухариков, чупа-чупсов. Если хочешь быть здоровым –правильно питайся. Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся !Молодцы !Едем дальше? Поехали.
**Остановка «Угадай-ка»**

Здесь живут любознательные люди. Они много читают и предлагают нам угадать, кто так грозно говорил?

….Вдруг из маминой из спальни

Кривоногий и хромой….Правильно .А в этой сказке есть хорошие строки .Помогите мне их закончить. Рано утром на рассвете….Молодцы. Еще одна загадка

….Мимо курица бежала и посуду увидала…Правильно. Федора что пообещала посуде?

….Я почищу вас песочком. Окачу вас кипяточком . Правильно .Едем дальше.

**Остановка «В гостях у доктора Чистюлькина.**

В стране «Здоровье» все знают доктора Чистюлькина. Он всегда придёт на помощь и даст нужный совет.

**Доктор:** Чисто жить -здоровым быть! Запомните, ребята! Всех важнее -чистота! От хворобы и болезней защищает нас она. И не даром говорят в народе « Чистота- залог здоровья!»

Дети, назовите предметы гигиены, которые помогают нам быть чистыми. Я сейчас вам буду загадывать загадки, а вы отгадывать.

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

И зубы у меня длинней

Чем у волков и мышей . (Расчёска)

Костяная спинка, жёлтая щетинка

С мятой пастой дружит, нам усердно служит.(Зубная щётка)

Вафельное, полосатое, ворсистое и мохнатое?

Всегда под рукою. Что это такое?(Полотенце)

Ускользнёт, но живое. Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится, руки мыть не ленится.(Мыло)

Конечно, самое опасное для микробов- мыло. Оно не только смывает, но и убивает микробов.

Ребята, а когда необходимо мыть руки?

Чтобы волосы были здоровыми, красивыми за ними надо ухаживать. А как?

Сколько раз нужно чистить зубы?

А зачем нужно чистить зубы? Отчего они могут болеть? А если заболели, что нужно делать?

**ПОЖЕЛАНИЕ:**

Чтоб здоровье сохранить-научить его ценить!

Я желаю вам, ребята, быть здоровыми всегда,

Но добиться результата невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться - каждый раз перед едой,

Прежде чем за стол садиться, руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь ежедневно по утрам

И, конечно, закаляйтесь - это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите по возможности всегда,

На прогулки в лес ходите, он вам силы даст, друзья

Я открыла вам секрет, как здоровье сохранить,

Выполняйте все советы и легко вам будет жить!