



Конспект образовательной деятельности
в старшей группе.
Тема «Путешествие в страну Здоровья»
Образовательная область
«Социально-коммуникативное развитие»

Воспитатель: Ленёва Е.В.

Калининград 2016

Цель: Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

Задачи: Формировать у детей представления о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела; уточнить знания о полезных свойствах витаминов, значимости правильного питания, полезных продуктов. Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение. Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

Предварительная работа: просмотр презентаций чтение стихов о здоровье, о занятии спортом; загадывание загадок на данную тему; беседы о гигиене, о здоровом образе жизни, о продуктах питания, о правильном питании; выполнение физкультурных разминок, точечного массажа; чтение сказок К. И. Чуковского «Мойдодыр».

Развивающая среда: остановки путешествия по стране «Здоровье», посылка с подарками для детей, загадки, картинки с изображением гигиенических принадлежностей (расческа, ванна, душ, зубная щетка, полотенце, зеркало, мыло, картинки с изображением продуктов питания).

Ход:

(Дети стоят полукругом)

Воспитатель:

-Здравствуйтесь, дети!

- Дети, а ведь слово «здравствуйтесь» не только вежливое слово - приветствие, но и слово пожелание. Пожелания здоровья!

Я желаю вам здоровья!

-Здравствуйтесь! – Будьте здоровы!

А здоровье ох как нам сейчас понадобится, ведь скоро зима. В зимний период люди часто простужаются.

А задумывались ли вы когда-нибудь, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека – самая главная ценность. Ребята, если вы заболели какое у вас настроение? (Если мы заболели у нас плохое настроение.)

-Сегодня на занятии мы отправимся в путешествие по стране «Здоровье». Мы познакомимся с секретами здоровья.

- Повторяйте вместе со мной:

Скорее, ребята, места занимаем

Встают друг за другом.

Моторчик заводим и в путь, уезжаем!

Дети «крутят» руками у груди.

Колёсики, колёсики, стучат, стучат, стучат.

«Едут» по кругу.

А в маленьких вагончиках кампания ребят.

Подходят к домику.

ОСТАНОВКА 1 «Чистота и красота»

-Запомните, ребята! Всех важнее чистота, от болезней защищает нас она.

- Дети, назовите предметы гигиены, которые помогают нам быть чистыми. (Ответы детей)

Воспитатель загадывает загадки о гигиенических принадлежностях:

1. Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и мышей.

(Расческа)

2. И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит, -

А любому правду скажет -

Всё как есть ему покажет.

(Зеркало)

3. Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли-жить нельзя нам безводы!

4. По утрам и вечерам чистит-чистит зубы нам,

А днём отдыхает, в стаканчике сучает.

(Зубная щетка)

5. Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится!

(Мыло)

-Мыло драит, чистит намывает и микробов убивает! А когда надо мыть руки?

- Перед едой и после туалета. Следить за ногтями, чтобы были подстрижены.
- Зачем нужно чистить зубы?
- Верно там тоже живут микробы. Чистить надо 2 раза в день: утром и вечером.
- Чтобы волосы были красивыми и здоровыми надо мыть, расчёсывать.
- Помни, что расчёска, зубная щётка, полотенце и мочалка-это предметы личной гигиены, у каждого свои.
- Каждое утро умывайся, а вечером принимай душ.
- Чаще мойся, воды не бойся.
- Поехали дальше.

(Дети едут на паровозе и хором говорят)

ОСТАНОВКА 2 «Спорт. Зарядка»

- Кто много ходит, тот долго живёт.
- Посмотрите на картинки, что надо делать, чтобы быть сильным, здоровым, ловким, быстрым.

(Дети рассматривают иллюстрации со спортивной тематикой, отвечают на вопросы).

- А ещё хорошо заниматься спортом. играть и делать зарядку на свежем воздухе. Мы тоже делаем зарядку. Покажем?

Чтобы нам не болеть,
И не простужаться,
Мы зарядкой с тобой
Будем заниматься, (ходьба по кругу друг за другом)
Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми (рывки руками перед грудью)
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем (наклоны в стороны)
К солнцу руки поднимаем (поднять руки вверх)
Поднимаем! Опускаем!
Дружно, весело шагаем, (попеременно поднимаемся
с носка левой ноги на правый)
Приседаем! (приседание)
И встаём!
И ничуть не устаём. (Повороты туловища в стороны)
Чтобы мы никогда не болели,
Чтобы щёки здоровым румянцем горели,
Чтобы было здоровье в отличном порядке,
Всем нужно с утра заниматься зарядкой! (прыжки в чередовании с ходьбой)
-Молодцы, ребята!

- Давайте вместе скажем: «Чтоб расти и закаляться, надо спортом заниматься»

ОСТАНОВКА 3 «Будем неболейками»

Жители страны «Здоровье» говорят, что необходимо каждый день делать точечный массаж для профилактики простудных заболеваний.

- Давайте выполним массаж
«Неболейка».

(для профилактики простудных заболеваний)

1. Чтобы горло не болело

Мы погладим его смело

(поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)

2. Чтоб не кашлять, не чихать

Надо носик растирать

(указательными пальцами растирают крылья носа)

3. Лоб мы тоже разотрём

Ладоньку держим козырьком

(прикладывают ко лбу ладони «козырьком»

и растирают его движениями

в стороны – вместе)

4. «Вилку» пальчиками сделай

Массируй ушки ты умело.

(раздвигают указательные и средние пальцы

и растирают точки перед ушами и за ними)

5. Знаем, знаем, да-да-да

Нам простуда не страшна.

(потирают ладони)

-Чтобы не болеть, надо научиться правильно дышать.

(Дыхательная гимнастика «Каша кипит», «Ветерок», «Насос», «Большой и маленький»)

-Едим дальше.

ОСТАНОВКА 4 «Витаминная»

-Дети, что вы едите в детском саду?

(Ответы детей)

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

(Дети рассматривают пирамиду полезных продуктов)

От простуды и ангины нам помогут – витамины.

- Дети, чтобы все наши органы хорошо работали, кости, и мышцы нормально росли и развивались. Нам необходимы – витамины.

Эти витамины находятся в полезных продуктах,

И очень много витаминов в овощах, фруктах, ягодах.

(Рассматривают какие фрукты и овощи как помогают организму)

-Молодцы дети, а теперь нам пора возвращаться в детский сад.

(Дети садятся на места, в группу заносит посылку от доктора Чистюлькина)

Воспитатель читает письмо от доктора и раздаёт подарки.