



КОНСПЕКТ
непосредственно образовательной деятельности
в старшей группе

Тема: «Путешествие в страну здоровья»

Подготовила:
Смолий Е.Н., воспитатель

Конспект открытого занятия «Путешествие в страну Здоровья» для детей старшей группы

Цель: «Формирование основ здорового образа жизни через физическое воспитание»

Задачи: Учить детей заботиться о своем здоровье, продолжать совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены.

Объяснить какую пользу приносит солнце, воздух и вода.

Рассказать о пользе витаминов для человеческого организма.

Побуждать детей отвечать на вопросы: развивать память, мышление.

Материал: Поляна, цветы; декоративное дерево с зубными щетками, мылом, полотенцем, расческой.

Предварительная работа: Соблюдение режимных моментов. Беседа с детьми о витаминах, закрепление знаний об овощах и фруктах.

Ход обучения: Воспитатель: Здоровье - это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем - и детям, и взрослым. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? **(Ответы детей)**

Воспитатель: Да дети вы знаете, что нужно делать, чтобы быть здоровым? Хотите отправиться в путешествие?

Дети: Да

Воспитатель: А на чем можно отправиться в путешествие?

(Ответы детей)

Воспитатель: Я предлагаю вам отправиться в страну Здоровья на поезде. Для этого нам нужно построиться друг за другом.

Отправляемся вперед

Много нас открытий ждет

-застучат колесики

ручки ставим, на бочек и по кочкам

скок-скок-скок

поезд скорость набирает

в путь дорогу приглашает.

Скоро остановка на нашем пути нужно медленней идти дышим ровно глубоко, видишь, как идти легко.

- Вот мы и попали в страну Здоровья, где мы будем веселиться и многому учиться, как здоровым быть, зачем руки надо мыть, витамины принимать и за спорт не забывать. Что на нашем пути?

Дети: Цветочная поляна.

Воспитатель: Посмотрите, какая красивая поляна. Что на ней растет?

Дети: Цветы

Воспитатель: Цветы необычные, красивые, полюбуйтесь цветами и возьмите цветок такого цвета, чтобы он совпал с вашим настроением. А знаете, у людей очень часто меняется настроение, отчего меняется настроение, как вы думаете?

(Ответы детей)

Воспитатель: Я рада, что вы выбрали яркие цветы, значит у вас хорошее настроение. Представьте, что на небе появилась туча, и вам стало грустно. Изобразите грусть. Вы увидели необычные цветы и удивились. Покажите удивление. Я предлагаю подарить цветы нашим гостям, поделиться хорошим настроением. Когда мы

просыпаемся утром, нам не хочется встать, хочется поспать, что нам помогает проснуться и поднимает настроение?

Дети: Зарядка

Музыкальная зарядка

Воспитатель: Теперь мы целый день будем бодрыми и энергичными.

Отправляемся дальше, может мы еще, что-нибудь интересное увидим. Ой, ребята, что это?

Дети: Дерево

Воспитатель: Вы встречали такие деревья?

Дети: Нет

Воспитатель: Чудо дерево растет

Чудо расчудесное

не цветочки на нем

не листочки на нем.

А что на нем растет?

Дети: Зубная паста, мыло, полотенце, расческа

Воспитатель: Присаживайтесь, сейчас мы вспомним, для чего нужны эти предметы. Для чего нужно мыло?

Дети: Мыть руки

Воспитатель: Когда мы моем руки?

Дети: Перед едой, после прогулки

Воспитатель: А зачем мы моем руки, с мылом?

Дети: Чтобы были чистые, не было микробов

Воспитатель: Что помогает нам смыть мыло?

Дети: Вода

Воспитатель: Для чего нужен полотенце?

Дети: Чтобы вытираться

Воспитатель: Как вы думаете, для чего нужна расческа?

Дети: Чтобы расчесываться, быть аккуратным

Воспитатель: Для чего нужна зубная паста и зубная щетка?

Дети: Чистить зубы

Воспитатель: Сколько раз в день нужно чистить зубы?

Дети: Два раза утром и вечером

Воспитатель: Для чего нужно чистить зубы?

Дети: Чтобы были здоровыми, белыми

Воспитатель: А если мы не будем чистить зубки, что с ними будет?

Дети: Будут болеть, будет кариес

Воспитатель: Чтобы зубы не болели, мы должны за ними ухаживать.

Вот какое дерево, дерево чудесное. Отправляемся дальше по стране Здоровья. Вот мы и не заметили, как попали в лес. Какой здесь чистый воздух, как здесь легко дышится. Как вы думаете, почему в лесу дышится легко?

Дети: Чистый воздух

Воспитатель: Чистый воздух полезен для здоровья?

Дети: Да

Воспитатель: Дети, воздух нам нужен для дыхания. Сейчас я предлагаю вам вдохнуть чистый лесной воздух

Дидактическая игра «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»

Мультимедийность "Личная гигиена" Актуальность: проблема здоровья и его сохранение в современном обществе стоит более чем остро. * Не смотря.

(вдох-выдох 2-Зраза)

А еще человеку необходимо солнечное тепло.

Утром солнышко встает

выше, выше, выше

К ночи солнышко зайдет

ниже, ниже, ниже

Хорошо, хорошо солнышко смеется, а под солнышком

нам весело живется

-Так кто же наши друзья?

Дети: Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья

Воспитатель: Солнце, воздух и вода — сохраняют и укрепляют наше здоровье, помогают нам быть бодрыми, сильными, жизнерадостными. Как вы думаете, что еще нужно для того, чтобы вы росли здоровыми, крепкими не болели?

Дети: Есть фрукты и овощи

Воспитатель: Какие вы знаете фрукты и овощи?

Дети: Яблоки, груши, капуста, морковь

Воспитатель: Почему фрукты и овощи полезны для нашего организма?

Дети: В них много витаминов

Воспитатель:

А вот и сами витамины

В корзину собраны они

И морковка и капуста

Яблоки лимоны - вкусно

Эти овощи и фрукты

Очень важные продукты

- Из этих фруктов и овощей мы приготовим витаминный салат. Наше путешествие подошло к концу. Вам понравилось? А какое у вас сейчас настроение? Я хочу пожелать вам, чтобы вы были здоровыми, веселыми, красивыми.

А нашим гостям мы пожелаем:

Не болейте не старейте,

Молодейте, хорошейте

Пусть солнечное тепло радует вас,

Унесет все ваши невзгоды и печали.