

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад» Ровеньского района Белгородской области.

Конспект организованной образовательной деятельности в
старшей группе на тему « Где прячется здоровье?»

Подготовила и провела
воспитатель: Бережная
Валентина Ивановна.

Нагольное, 2013г.

Цель: развивать познавательную активность в образовательных областях «Здоровье», «Физическая культура», «Безопасность».

Образовательные: формировать у детей представления о зависимости здоровья от выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья; дать знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия.

Развивающие: развивать познавательный интерес и речь.

Воспитательные: воспитывать желание заботиться о собственном здоровье.

Предварительная работа: рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение художественной литературы, загадывание загадок.

Активизация словаря: физические упражнения, физкультура, воздух, дыхание, закаливание.

Методические приемы: художественное слово, ситуационные задачи, беседа, исследовательские действия, упражнения на дыхание, обращение к жизненному опыту детей.

Оборудование: солнце, пакет, картинки с изображением спорта, продуктов питания, закаливание, предметы личной гигиены.

Ход образовательной деятельности.

1. Организационный момент.

- Дети, возьмитесь за руки, посмотрите друг на друга и улыбнитесь. Почувствуйте, как пошло тепло. Отправьте мысленно друг другу пожелания. Какое пожелание отправил Никита, Саша, Лена, Диана?

(ответы детей)

- А я пожелала вам всем здоровья!

2. Основная часть.

- Ребята, почему здоровье так важно для человека? (ответы детей).

- Здоровье – это самое главное богатство, которое нужно беречь. Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, каждый лучик это правило, которое нужно выполнять. Если правила

выполняются , солнце светит ярко и у нас все хорошо со здоровьем. Их очень важно знать.

(показать детям солнце)

- Давайте познакомимся с первым лучиком, а как он называется, вы догадаетесь рассмотрев картинки (дети рассматривают картинки и приходят к выводу , что первый луч – спорт или физкультура).

- Дети , а вы выполняете физические упражнения? Где? (ответы детей).

- Ребята , давайте покажем ,как мы тренируем мышцы своего тела.

(ритмическая гимнастика под музыку).

-Дети, какие мышцы у вас стали после гимнастики?

Дети: - Сильные, крепкие.

- А настроение?

Дети: - Веселое, бодрое.

- Чтобы больным не лежать, надо спорт уважать, помните об этом ребята!

Спорт прибавил нам здоровья.

- Ребята , давайте проведем эксперимент.(**опыт- эксперимент с воздухом**).

- Сейчас глубоко-глубоко вдохните и закройте рот и нос ладошками. Что вы почувствовали?

Дети: - Не хватало воздуха.

- А для чего нам необходим воздух?

Дети: -Для дыхания.

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я, и ты.

- Ребята, чтобы быть здоровыми, нам еще нужно уметь и правильно дышать. Сейчас мы с вами выполним упражнение на дыхание «Большой , маленький» с воздушными шариками.

- Дети , а где находится воздух?

Дети: - На улице, в группе , повсюду.

- А давайте проверим.(показать детям пакет).

-Ребята , как вы думаете, что у меня находится в пакете?

Дети: - Пакет пустой.

- А что сейчас в пакете? (пакет надуть).

Дети: - Воздух.

- Какой воздух полезен нашему организму?

Дети: - Чистый.

-А где много чистого воздуха?

Дети: - В лесу, на лугу.

- Так как же называется второй лучик здоровья?

Дети: - Чистый воздух.

- Ребята, если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Давайте проверим и поиграем в игру « Вредно, полезно».

Будешь есть ты сникерс сладкий ,

Будут зубы не в порядке.

- Почему?

Дети: - Потому что от сладкого портятся зубы и развивается кариес.

Пейте , дети, молоко

Будете здоровы.

- Почему рекомендуется пить молоко?

Дети: - Потому что в молоке очень много полезных витаминов.

- Будешь «Фанту» пить , смотри растворишься.

Дети: - «Фанта» относится к вредным продуктам.

- Чеснок да лук от всех недугов.

Дети: - Чеснок и лук относятся к полезным продуктам.

- От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Дети: - Лимоны и апельсины тоже относятся к полезным продуктам.

- Молодцы! Какие вы еще знаете полезные продукты? (ответы детей).

-Важно кушать полезную пищу , потому что она богата витаминами и сохраняет здоровье. Скажите, как называется третий лучик здоровья?

Дети: - Полезная еда.

- Ребята, а как мы в группе закаляемся?

Дети: - Играем в подвижные игры, делаем зарядку, гимнастику после сна, ходим по массажным дорожкам, выполняем водные процедуры.

- А для чего люди закаляются?

Дети: - Чтобы не болеть.

- Какие вы молодцы! А сейчас мы с вами выполним массаж. Массаж укрепляет здоровье и является закаливающей процедурой (выполнение массажа).

-Ребята, как называется четвертый лучик здоровья?

Дети: - Закаливание.

- Ребята, посмотрите , у нас остался не открытым только один лучик. Хотите узнать его название?

Дети: - Да хотим.

- Ребята, посмотрите на предметы , которые лежат на столе. Как общим словом можно назвать эти предметы?

Дети: - Предметы личной гигиены.

- Как вы думаете, для чего нам они нужны?

Дети : - Чтобы быть чистыми.

- Ребята , как называется последний лучик?

Дети: - Чистота.

-Как вы думаете, почему говорят: « Чистота – залог здоровья».(ответы детей).

- Посмотрите, дети, солнышко улыбается, радуется за вас. Я уверена, что вы сохраните свое здоровье.

3. Итог образовательной деятельности.

- Ребята, давайте вспомним, как называются все лучики здоровья?

Дети: - Физкультура, чистый воздух, полезная еда, закаливание и чистота.

- Ребята, почему важно соблюдать правила здоровья?

Дети: - Чтобы не болеть.

-Ребята, я хочу вам пожелать « Будьте здоровы!» и подарить вам солнышко - здоровья! (дарю солнышки).

Литература:

1.Авдеева Н.Н., Князева О.Л.,Стёркина Р.Б. Безопасность.-СПб.б. : Детство – Пресс,2004.-144с.

2.Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: Методическое пособие.- М. : Мозаика - Синтез, 2009 – 2010.

