

МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад комбинированного вида «Сказка»
структурное подразделение №149

**Конспект открытого показа образовательной
деятельности в форме игровых ситуаций на тему:
«Здоровье - моё богатство!»**

Для детей старшей группы



Воспитатели: Катюжанская И.А.,
Стрельникова Н.Г.

Конспект открытого показа образовательной деятельности в форме игровых ситуаций на тему: «Здоровье - моё богатство!»

Цель: формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Задачи:

- Углубить, расширить и закрепить знания детей о **здоровом образе жизни**, пополнять словарный запас.
- Упражнять в словообразовании и словоизменении.
- Совершенствовать лексико-грамматические **конструкции речи** : образование прилагательных из существительных.
- Поощрять детей к построению самостоятельных развёрнутых высказываний, познакомить с поговорками.
- Развивать умение выделять компоненты **здоровья** человека и устанавливать их взаимосвязь.
- Закрепить **основные понятия**: «*распорядок дня*», «*личная гигиена*», «*витамины*», «*полезные продукты*», «**здоровый образ жизни**»; воспитывать у детей навыки и потребности **здорового образа жизни**.
- Развивать внимание, память, мышление.

Оборудование: игрушка Чебурашки, муляжи фруктов и овощей, картинки с изображением полезных и вредных продуктов, мяч; спортивное оборудование, картинки детей занимающихся спортом; предметы личной гигиены; ватман с изображением дерева.

Предварительная работа: просмотр иллюстраций, чтение произведения Г. Остера «*Вредные привычки*», чтение книги «*Мойдодыр*» К. Чуковского, беседы «*Что такое здоровье*».

Ход занятия

Воспитатель: Ребята, сегодня, когда я шла на работу, я встретила Чебурашку. Он бежал в аптеку. Оказывается, Крокодил Гена заболел. Давайте расскажем Чебурашке, что надо делать, чтобы не болеть. Сегодня мы отправимся с вами в путешествие в город **Здоровье**. Ребята, а вы знаете, что такое **здоровье**?

Ответы детей.

Воспитатель: **Здоровье** – это когда ты весел и все у тебя получается. **Здоровье** нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. Что нужно делать, чтобы быть **здоровым**? Нужно хотеть и уметь заботиться о **здоровье**. Если не следить за своим **здоровьем**, можно его потерять.

Только вы ответьте мне:

Путь к загадочной стране,

Где живет **здоровье** ваше,

Все ли знают? Дружно скажем...

Дети: «Да».

Воспитатель: Чтобы попасть в город **Здоровье**, надо взяться за руки, закрыть глаза и сказать волшебный слова: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

А вот и наш маршрут. Давайте посмотрим на город нашего путешествия. Посмотрите, сколько здесь разных улиц.

Улица Витаминная.

Воспитатель: Ребята, вот мы с вами попали на улицу Витаминная.

Чебурашка, мы тебе с ребятами расскажем, как надо питаться, чтобы быть **здоровым**. Чтобы быть **здоровым**, необходимо сбалансированное питание, т. е. надо знать, какие продукты можно есть, а какие вредны для **здоровья**. (*Ответы детей*). Свежие фрукты и овощи можно употреблять, сколько хочешь, они заменят самые лучшие таблетки из аптеки.

Воспитатель: Дети, какие витамины вы знаете? (*Ответы детей.*)

- Ребята, а для чего нужны витамины? (*Чтобы укреплялся наш организм, было крепкоездоровье*).

Воспитатель: Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.

(Воспитатель рассказывает детям, что в них много витаминов.)

Помни истину простую –
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или сок черничный пьет.

Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам,
И не только по утрам.

От простуды и ангины
Помогают апельсины,
Ну а лучше съесть лимон
Хоть и очень кислый он.

Дидактическая игра «Полезная и вредная еда».

Воспитатель: Мы сейчас с вами будем садовниками, и вырастим дерево с полезной едой. Еда может быть полезной и вредной. В полезной еде живут витамины, которые помогают нам расти **здоровыми**. Посмотрите - это чудо-дерево, на котором будут расти полезные продукты, а это корзинка. У вас на столах есть картинки с изображением продуктов питания. Давайте полезные продукты разместим на дереве, а вредные положим в корзину.

- Вот так чудо-дерево получилось! Полезными витаминами оно распустилось.

Воспитатель: Молодцы, вы все справились с заданием.

Ребята, а сейчас давайте поиграем в игру «Вкусный сок» (*с мячом*).

(Бросая каждому мяч, воспитатель называет овощи, фрукты – дети называют сок, который можно приготовить из них).

Морковь – морковный, апельсин – апельсиновый, яблоко – яблочный, тыква – тыквенный и т. д.

Воспитатель: Давайте продолжим наше путешествие и отправимся на другую улицу, которая называется Физкультурная. Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше. Нужно обязательно делать утреннюю гимнастику. Полезно полоскать горло, обтираться полотенцем,

чаще играть в подвижные игры (*беседа о пользе заниматься спортом*)

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним пословицы и о спорте.

1. По утрам зарядку делай
Будешь сильным,
Будешь смелым.

2. Прогоню остатки сна
Одеяло в сторону,
Мне гимнастика нужна
Помогает **здорово**.

3. Чтобы нам не болеть
И не простужаться
Мы зарядкой с тобой
Будем заниматься.

Ребята, а какие виды спорта вы знаете? (*Ответы детей*)

– Давайте ребята поиграем!

Физкультминутка
Рано утром на зарядку
Друг за другом мы идем.
И все дружно по порядку
Упражнения начнем.
Раз - подняться, подтянуться.
Два - согнуться, разогнуться.
Три - в ладоши три хлопка,
Головою три кивка.
На четыре - руки шире.
Пять - руками помахать.

Шесть - на месте тихо стоять.

Воспитатель: Дети, а вы знаете, чтобы быть **здоровым**, нужно не только кушать витамины и быть сильным! Нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены.

И следующая улица, которая нас ждет, это улица Чистоты.

– Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду? (*Мы умываемся по утрам и вечерам, чистим зубы и др.*)

– Для чего это надо делать? (Чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была **здоровой**, чтобы быть закаленными, чтобы смыть микробы.)

– Как попадают микробы в организм? (при чихании, кашле не прикрывая рот; если не мыть руки перед едой, после туалета; не мыть овощи, фрукты.)

– Что нужно выполнять, чтобы уберечься от них? (*Ответы детей*)

Воспитатель: ребята чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них я загадаю загадки.

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его,
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(*Мыло*)

Вот какой забавный случай:

Поселилась в ванной туча.
Дождик льется с потолка
Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик теплый подогретый,
На полу не видно луж.
Все ребята любят ...
(*Душ*)

Лег в карман и караулит
Реву, плаксу и грязнулю,
Им утрет потоки слез,
Не забудет и про нос. (*Носовой платок*)

Упражнение на развитие связной речи: «*Продолжи предложение*».

Воспитатель: (*Дети повторяют предложение, начатое воспитателем и продолжают его*).

- Мама купила мыло для того...
- Кате нужна расчёска, чтобы...
- У Максима часто болят зубы, потому что...
- Я мою руки для того, чтобы...
- Мише нужна мочалка для того...

Воспитатель: А мы с вами знаем полезное упражнение «*Умывание*».

Давайте выполним его.

Динамическое упражнение с элементами самомассажа «*Умывание*».

(*Дети встают полукругом*) .

Моем щёки, шею, уши. Потираем названные части тела обеими руками одновременно

Вытираем их посуше. Поглаживающие движение.

Мы и руки моем тоже «*Намыливаем*» и потираем руки.

Чистота... 3 удара кулачками о колени.

Всего... 2 хлопка перед собой.

Дороже! 3 удара кулачками о колени.

Воспитатель: Молодцы! Устали? Вот какой, оказывается, трудный путь преодолели

мы с вами по городу «**Здоровье**». Мы узнали много интересного и полезного. Но мы побывали не на всех улицах, мы будем еще путешествовать с вами, поэтому замечательному городу. Я думаю и Чебурашка понял, что надо делать, чтобы не болеть, и больше ему не придется ходить в аптеку за таблетками. *(Дети прощаются с Чебурашкой).*

-Ребята давайте вспомним, что мы интересного сегодня узнали?

-А какие вы знаете стихи о здоровом образе жизни.

Дети читают стихи

1. Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня. (Ширкова Диана)
2. Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать. (Павленко Егор)
Ну а утром не лениться—
На зарядку становиться!
3. Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра. (Сухова Настя)
4. У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день. (Федоренко Мирон)
5. Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой. (Каракулиди Петя)
6. Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты—
Вот полезная еда,
Витаминами полна! (Генералова Олеся)
7. На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде! (Мхитарян Богдан)
8. Ну, а если уж случилось:
Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда! (Нечитайло Миша)
9. Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить! (Все вместе)