Сундеева Виктория Вячеславовна

МБДОУ № 316

Воспитатель логопедической группы

Конспект непосредственно-образовательной деятельности в старшей группе по освоению образовательных областей (познание + коммуникация + социализация)

**«Путешествие в страну «Здоровье»».**

**Цель:** формировать у ребенка чувство ответственности за сохранение и укрепление здоровья, воспитать человека, который может заботиться о своем здоровье.

**Задачи:**

Образовательные:

- систематизировать знания детей о средствах личной гигиены,

- формировать понятие о здоровой пище.

Развивающие:

- развивать логическое мышление и сообразительность, способность

к умозаключению при отгадывании загадок о предметах личной гигиены,

- развивать память, воображение детей.

Воспитательные:

- воспитывать у детей стремление быть здоровым,

- воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам,

- воспитывать коммуникативные навыки: вступать в контакт с помощью улыбки, действовать сообща.

Материал к занятию:

1. Названия станций
2. Три маленьких конверта с магнитными буками и один большой с картинкой Мойдодыра и картинками загадками
3. Письмо от Карлсона
4. Две игры «Витаминная корзина», «Ежик с фруктами»
5. Аудиозапись для зарядки
6. Небольшая миска с прохладной водой
7. Дидактическая игра «4-й лишний»
8. Поролоновые пуфики (шт 6)
9. Разрезанная картинка «Пирамида питания»
10. 6 шт. шоколадным медалей

Содержание деятельности.

1. **Организационный момент.**

(Дети стоят возле доски)

**Воспитатель:** Ребята, что нужно человеку, чтобы быть всегда в хорошем настроении, в хорошей форме?

(Ответы детей: правильно питаться, делать зарядку, ходить на прогулку и т.д.)

**Воспитатель:** Здоровье – это самое большое богатство и его нужно беречь. Если нет здоровья, нет и счастья, нет настроения, но не все об этом помнят. Наш разговор сегодня о том, как следует себя вести, чтобы сохранить здоровье. Сегодня мы совершим путешествие по стране «Здоровье».

**Воспитатель:** В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся!

1. **Основной момент.**

(Дети подходят к шкафу)

1 станция «Чистюлькино»

(на шкафчике лежит конверт с загадками и картинкой Мойдодыра)

**Воспитатель:** Ребята, а вот и первое задание для нас кто-то ставил. Интересно, что же в этих конвертах.

(Детям показываются магнитные буквы)

**Воспитатель:** Чтобы узнать, какое послание нам оставили, а главное Кто, мы должны его выполнить.

(Дидактическая игра «Собери пословицу». Дети разбиваются на три команды и выкладывают из магнитных букв на доске слова)

**Воспитатель:** Давайте попробуем прочитать, что же у нас получилось.

(Дети вместе с воспитателем читают пословицу «Чистота – лучшая красота»)

**Воспитатель:** Ребята, скажите, а как вы понимаете эту пословицу?

(Ответы детей: необходимо соблюдать чистоту тела, рук, продуктов, что бы микробы не проникли в организм и не заболеть)

**Воспитатель:** Интересно, а кто же мог нам из сказочных героев оставить такую пословицу про чистоту?

(Ответы детей: Мойдодыр)

(На доску вывешивается картинка Мойдодыра)

**Воспитатель:** А в большом конверте лежит еще одно задание – загадки!

**Воспитатель:**

Гладкое, душистое, моет чисто,

Нужно, чтоб у каждого было,

Что это такое? (Мыло)

Костяная спинка,  
Жёсткая щетинка,  
С мятной пастой дружит  
И усердно служит. (Зубная щетка)

На серебряное блюдце  
Мало кто в обиде.  
Кто на блюдечко посмотрит –  
В нём себя увидит.     ( Зеркало )

Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез

Не забудет и про нос. (Носовой платок)

**Воспитатель:** Скажите, о чем все эти загадки?

(Ответы детей: о средствах личной гигиены)

**Воспитатель:** Отлично, с заданием от Мойдодыра мы справились, теперь давайте отправляться дальше.

2 станция «Правильное питание»

(Дети подходят к столику, на котором лежит письмо и накрытые салфеткой игра «Витаминная корзина» и «Ежик с фруктами»)

**Воспитатель:** Ребята, нам принесли письмо от Карлсона и вот что он пишет.

«Здравствуйте, друзья! Своё письмо пишу я из больницы. У меня ухудшается здоровье: болит голова, в глазах звездочки, всё тело вялое. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и пепси-колу. Это моя любимая еда. Наверное я скоро буду здоров.

Ваш Карлсон».

**Воспитатель:** – Как вы считаете, скоро ли поправится Карлсон? Верно ли Карлсон составил меню?

(Ответы детей: нет, потому что от сладостей будут болеть зубы, а от чипсов и пепси-колы болеть живот и трудно будет поправиться)

**Воспитатель:** Ягоды, фрукты, овощи – основные источники витаминов и минеральных веществ. Большинство витаминов поступает в организм вместе с пищей. Вот почему ягоды, овощи, фрукты должны быть в рационе ребенка регулярно. Так же мы должны кушать мясо, яйцо, масло, рыбу. А наиболее подходящее блюдо для завтрака – каша. Она содержит большое количество питательных веществ.

**Воспитатель:** Давайте составим Карлсону правильное меню и отправим витаминную посылку, а отнести ее поможет нам ежик.

(Дидактическая игра «Витаминная корзина». Детям необходимо сложить в правильном порядке все фрукты в корзину. Дидактическая игра «Ежик с фруктами». Необходимо нанизать на шнурки фрукты. Дети выполняют задание.)

**Воспитатель:** - Наше путешествие продолжается. Отправляемся к следующей станции.

3 станция «Спортивная»

(Дети выходят на ковер)

**Воспитатель:** Мы с вами очень любим зарядку, и я предлагаю сейчас стать нам настоящими учителями физкультуры! Кто хочет попробовать?

(Дети заранее готовят комплексы упражнений для утренней гимнастики, для осанки, а воспитатель – для глаз)

(Включается ритмичная музыка и каждый ребенок, рассказывает правила выполнения упражнения проводит зарядку со всеми детьми)

**Воспитатель:** - А я приготовила вам зарядку для глазок. Ведь им тоже иногда нужен отдых.

(Под музыку под руководством воспитателя выполняется комплекс упражнений для глаз).

**Воспитатель:** Вот и отлично все у нас получилось. Давайте отправляться дальше!

4 станция «Закаливание»

(Дети подходят к столу, на котором стоит небольшая миска с прохладной водой)

**Воспитатель:** - Ребята, попробуйте пальчиком, какая вода в миске, теплая или прохладная?

(Ответы детей: прохладная)

**Воспитатель:** Наша станция называется «Закаливание», скажите, как можно закаливать свой организм?

(Ответы детей: закаляться прохладной водой, проветривать помещение)

**Воспитатель:** - Закаливание надо начинать постепенно с ног, с прохладной воды, все выше и выше, начинать надо в летнее время. Спать зимой (если не сильный мороз) с открытой форточкой, а летом – с открытым окном. Отправляемся дальше.

5 станция «Вредные привычки»

(Дети подходят к столу, на котором лежит дидактическая игра «4 – й лишний»)

**Воспитатель:** Ребята, перед вами лежат карточки, необходимо определить, что дети делают верно на картинке, а что нет и найти лишнюю.

(Дети сидя за столами выполняют задание и отвечают, что лишнее, а что нет и почему)

**Воспитатель:** Молодцы, отлично справились! Ведем здоровый образ жизни, не заводим вредных привычек! Отправляемся дальше в путь.

**Воспитатель:**

Чтобы горло не болело *(поглаживают  сверху вниз)*  
Мы его погладим смело  
Чтоб не кашлять, не  чихать   
Надо носик растирать *(указательным пальцем растирают крылья носа)*  
Лоб мы тоже разотрем, *(прикладывают ко лбу ладонь растирают его движениями).*  
«Вилку» пальчиками сделай   
Массируй ушки ты умело (раздвигают указательный и средний пальцы и растираем точки за ушами)  
Знаем, знаем – да, да, да! –   
Здоровье нужно всем всегда!

(Упражнение выполняется возле стола)

6 станция «Запоминайкино»

(Дети выходят на ковер и садятся на пуфики, проводится игра «Можно-нельзя»)

**Воспитатель:** Давайте поиграем в игру, какими предметами можно пользоваться, а какими – только по одному. Приготовьте ладошки, не забудьте, хлопать нужно тогда, когда услышите название личных предметов. И так, начинаем:

Полотенце… Карандаши…

Кисточка… - Носовой платок…

Зубная щетка… - Книга…

Расческа… - Игрушки…

**Воспитатель:** - А теперь будем говорит словами «Полезно» или «Вредно»

(Игра «Полезно - вредно»)

Капуста

Морковь

Конфеты

Торт

Яблоки

Жевательная резинка

1. **Заключительная часть.**

**Воспитатель:** - В завершении нашего путешествия, у меня для вас есть задание.

(Дети подходят к доске, достается разрезная «Пирамида питания»)

**Воспитатель:** - Я предлагаю вам собрать картинку и узнать, что же на ней изображено.

(Дети собирают на доске картину и описывают, что и на ней нарисовано)

**Воспитатель:** - Наше путешествие закончилось и мне хочется дать вам напутствие:

В жизни разное бывает,

То заходит грусть к нам в дом,

То вприпрыжку радость в двери,

Постучится вечерком,

Но чтоб ни было, вы знайте,

Надо жить - не унывать.

Надо больше - улыбаться,

И здоровья всем - всем желать!

**Воспитатель:** А для наших гостей, наши ребята приготовили тоже небольшие пожелания.

(Дети становятся вряд возле доски рассказывают стихотворения)

1. Быть здоровым – это модно!

Дружно, весело, задорно

Становитесь на зарядку.

Организму – подзарядка!

1. Знают взрослые и дети

Пользу витаминов этих:

Фрукты, овощи на грядке –

Со здоровьем все в порядке!

1. Также нужно закаляться,

Контрастным душем обливаться,

Больше бегать и гулять,

Не ленится, в меру спать!

1. Ну а с вредными привычками

Мы простимся навсегда!

Организм отблагодарит –

Будет самый лучший вид!