Гончарова Галина Викторовна

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №42" г. Воронеж

Воспитатель

**Конспект открытого занятия в подготовительной группе на тему:**

**«Путешествие в страну Здоровья»**

**Цель:** приобщать детей к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* Обобщить представления детей о здоровом образе жизни;
* Развивать умение делать выводы, опираясь на наглядный пример;
* Развивать умение слушать взрослого и сверстника;
* Развивать умение отвечать на вопросы полным ответом, умение рассуждать и отстаивать свое мнение;
* Воспитывать культуру поведения в общении со сверстниками и со взрослыми, гигиеническую культуру;
* Формирование интегрированных качеств: любознательность, активность, эмоциональность, отзывчивость,физическое развитие, овладение основными культурно-гигиеническими навыками.

**Предварительная работа:** чтение сказки Ш. Перро «Красная Шапочка».

**Материалы и оборудование:**

* карта «Страна Здоровья», прикрепленная к мольберту;
* йод, вата, шприц, зеленка, градусник, таблетки, бинт;
* костюм Красной Шапочки, корзинка с карточками «Грибы и ягоды съедобные и ядовитые»;
* костюм Зайчика;
* плакат: девиз «Каждый маленький ребенок это должен знать с пеленок».

**Место проведения:** музыкальный зал.

**Ход развлечения**

В о с п и т а т е л ь. Здравствуйте! Желаю вам здоровья. Такими словами мы часто приветствуем друг друга. А здоровы ли вы, дорогие друзья? Я очень рада, что у вас все отлично! Сегодня королева страны Здоровья пригласила нас в свою волшебную страну.

Девиз, с которым мы с вами отправляемся в занимательное путешествие: «Каждый маленький ребенок это должен знать с пеленок».

Занятие наше необычное,

Даже очень символичное.

Ребята вы любите путешествовать?

Д е т и. Да!

В путешествии нам понадобится карта страны Здоровья.

**Задание №1. Разминка. Игра «Здороваться» (поменяться с партнерами).**

В о с п и т а т е л ь. Если я хлопну один раз - надо поздороваться ладошками, если 2 раза – пальчиками, 3 раза – поклониться друг другу. Раз, два, три, начало игры!

*Дети играют.*

Вы, ребята, быстро справились с разминкой, и на карте я ставлю флажок.

**Задание №2. Станция «Чистюлино».**

В о с п и т а т е л ь. Я загадываю загадки, а вы поднимаете руку и отвечаете на них.

Кто боится мыла?

Ах, какой он милый!

Кто не моет даже рук,

Значит нам он брат и друг.

(Микроб).

Прибор, помогающий увидеть микроба.

(Микроскоп).

Волосистою головкой

В рот она влезает ловко

И считает зубы нам

По утрам и вечерам.

(Зубная щетка).

Он маленький и гладенький,

Покорный, неспесивый,

А в скачке пеной брызгает,

Как дикий конь ретивый.

(Мыло).

Целых двадцать пять зубков

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком.

(Расческа).

В о с п и т а т е л ь. Можно сделать вывод: если мы будем соблюдать правила гигиены, то непременно будем здоровы.

А какие пословицы, поговорки вы знаете о здоровье?

Д е т и.

1. Здоровье дороже богатства.
2. Труд – здоровье, лень – болезнь.
3. Болезнь человека не красит.
4. Здоровым быть – без грусти жить.
5. Берегите платье снову, а здоровье – смолоду.
6. Здоровому все здорово.
7. Двигайся больше, проживешь дольше.
8. Ешь чеснок и лук – не возьмет недуг.
9. Здоровья не купишь.
10. Заболеть легко, вылечиться трудно.
11. Чистота – залог здоровья.

Молодцы ребята, вот и вторая станция оказалась позади (отмечаю флажком). Сейчас мы отправились в путь, на станцию, где живут правила. Но чтобы туда попасть, надо произнести волшебные слова:

Знаем правила мы все,

Мы уверены в себе,

Там, куда мы попадем,

Вместе мы не пропадем.

А теперь закройте глаза, хлопните три раза в ладоши. Поверните вокруг себя. Открывайте глаза! Мы прибыли на поляну.

**Задание №3. «Поляна Безопасности».**

Звучит песенка Красной Шапочки, выходит Красная Шапочка.

Проводится беседа по вопросам.

В о с п и т а т е л ь. Знакома ли Красная Шапочка волком? Можно ли разговаривать с тем, кого не знаешь? Что может случиться?

*Ответы детей.*

Ты поняла, Красная Шапочка, что сказали? Нельзя разговаривать с незнакомыми на улице и рассказывать о себе.

Красная Шапочка. А что у тебя в корзинке?

К р а с н а я Ш а п о ч к а. Грибы и ягоды. Я собрала их для бабушки.

В о с п и т а т е л ь. Ребята. Какие бывают грибы и ягоды?

Д е т и. Грибы и ягоды бывают съедобные и ядовитые.

В о с п и т а т е л ь. Поможем Красной Шапочке: съедобные грибы и ягоды отдадим ей, а довитые оставим на поляне.

Почему нельзя уничтожать ядовитые растения? Правильно, ими лечатся лесные обитатель.

Красная Шапочка благодарит детей и уходит.

В о с п и т а т е л ь. Ребята, я надеюсь. Что с Красной Шапочкой ничего плохого не произойдет и она быстро вернется домой. Давайте вспомним, ребята, как вести себя, если вы вдруг потерялись.

*Ответы детей.*

Я однажды потерялся, *Изображаю испуг.*

Только быстро догадался. *Слегка ударяют себе по лбу, улыбаются.*

Посмотрел туда-сюда - *Повороты.*

Нету мамы, вот беда! *Разводят руки в стороны вниз.*

Побежал направо я - *Бег на месте.*

Мама не нашлась моя. *Делают руку «козырьком».*

Побежал налево я - *Бег на месте.*

Мама не нашлась моя. *Делают руку «козырьком».*

Нету. Я решил стоять *Скрещивают руки на груди.*

И на месте маму ждать.

Слышится плач. Появляется Зайчик, он плачет.

В о с п и т а т е л ь. Зайчик, почему ты плачешь?

З а й ч и к. Мы играли с Белочкой в догонялки. Я побежал за ним и упал, у меня ссадина на коленке. У-у-у. больно!

В о с п и т а т е л ь. Чем мы можем помочь Зайчику? Перед вами йод, вата, шприц, зеленка, градусник, таблетки, и бинт. Выберите то, что необходимо для лечения.

*Дети выполняют задание.*

Воспитатель ставит флажок на «Поляну Безопасности».

**Задание №4. Станция «Витаминка».**

В о с п и т а т е л ь. Здоровье – это самое главное богатство, которое нужно беречь. Сейчас мы с вами поговорим о витаминах. Витамины – это такие вещества, которые нужны нашему организму для усвоения пищи. Витамины делают нас крепкими, активными, помогают не заболеть, а детям – хорошо расти. Если в пище мало витаминов, человек болеет разными болезнями, становится вялым, слабым, грустным.

Я вам расскажу о каждом витамине по подробнее:

**Витамин "А"**  
Расскажу вам, не тая, как полезен я, друзья!  
Я в морковке и в томате, в тыкве, в персике, в салате.  
Съешь меня - и подрастешь, будешь ты во всем хорош!  
Помни истину простую:  
Лучше видит только тот, кто жует морковь сырую  
Или пьет морковный сок!  
**Витамин " В"**  
Рыба, хлеб, яйцо и сыр.  
Банан, курица, кефир,  
курага, орехи-  
Вот для вас секрет успеха!  
И в горохе тоже я, много пользы от меня!  
Очень важно спозаранку  
Съесть за завтраком овсянку  
Черный хлеб полезен нам  
И не только по утрам!  
**Витамин "С"**  
Земляничку ты сорвешь, в ягодке меня найдешь.  
Я в смородине, капусте.  
В яблоке живу и в луке,   
Я в фасоли и картошке, в помидоре и горошке!  
От простуды и ангины помогают апельсины.  
Ну а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

А теперь поиграем с вами.

Сейчас вы сядете на стульчики, закроете глазки и откроете ротик. Я положу вам в ротик кусочек овоща или фрукта, а вы должны угадать что это.

*Дети дают полный ответ.*

В о с п и т а т е л ь. Витамины – укрепляют организм, борются с болезнями. Поэтому важно кушать полезные продукты, чтобы быстро расти, развиваться и быть здоровыми.

Молодцы, ребята! Давайте поиграем в вами в пальчиковую гимнастику с опорой на мнемотаблицу.

**Пальчиковая гимнастика "Апельсин"**

Мы делили апельсин -

*(Двумя руками «держат» предполагаемый апельсин)*

Много нас, а он один.

*(Показывают сначала десять пальцев, а потом один)*

Эта долька – для ежа,

*(Загибают большой палец руки)*

Эта долька – для стрижа,

*(Загибают указательный палец)*

Эта долька для утят,

*(Загибают средний палец)*

Эта долька – для котят,

*(Загибают безымянный палец)*

Эта долька – для бобра,

*(Загибают мизинец)*

А для волка – кожура.

*(Бросают предполагаемую кожуру рукой)*

Он сердит на нас – беда!!!

*(Делают испуганный вид)*

Разбегайся кто куда!  
*(Делают движения руками в стороны)*

|  |  |
| --- | --- |
| **дети.jpg** | **32d4810e93e4.jpg** |
| **дети.jpg** | **1071.jpg** |
| **113829175.jpg** | **117120618________0005__16_.png** |
| **113829175.jpg** | **стриж.jpg** |
| **113829175.jpg** | **утка.jpg** |
| **113829175.jpg** | **котят.jpg** |
| **113829175.jpg** | **0_cf006_5cd25d09_S.png** |
| **NA625806CED49.jpg** | **cest.jpg** |
| **волк.jpg** | **дети 1.png** |

В о с п и т а т е л ь. А теперь предлагаю вырастить чудо-дерево, на котором будут расти только полезные продукты. Я буду задавать вопросы, а вы будите выбирать и вешать карточки с полезными продуктами на дерево.

1.Ешь побольше апельсинов …

2.Пей морковный вкусный сок. ..

3.Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить…

4.Ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис …

5.Лук зеленый иногда, нам полезен дети?

6.В луже грязная вода, нам полезна иногда?

7.Фрукты – просто красота! Это нам полезно?

Попрощались мы со станцией «Витаминка», ставим флажок.

**Задание №5. Станция «Музыкальная».**

В о с п и т а т е л ь. Я приготовила для вас частушки, подпевайте.

Вам, мальчишки и девчушки,

Приготовила частушки.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Вы потопайте – «Нет, нет!»

Не грызите лист капустный,

Он совсем-совсем не вкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

(Нет)

Чтобы зубы не болели,

Ты грызи морковь сильнее.

Длиннонога и стройна,

Всех оранжевей она.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Постоянно нужно есть

Для здоровья вашего

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Ты по улице гуляешь,

Зимний воздух ты вдыхаешь.

Твердо помнишь ты о том,

Что дышать там надо ртом.

Это правильный ответ?

(Нет)

Молодцы! Вот и «Музыкальная» станция осталась позади. Мы прибыли в страну Здоровья. Королева страны Здоровья желает вам соблюдать правила безопасности. С болезнями не знаться, с детства закаляться, зарядкой заниматься и дарить вам подарки.

Детям дарят наборы «Мойдодыр».