**Конспект непосредственно образовательной деятельности с детьми подготовительной к школе группы на тему «Если хочешь быть здоров»**

**Подготовила: Давыдова С. М., воспитатель, «Детский сад № 17»**

Цель: Развитие познавательной активности в образовательных областях «Здоровье», «Безопасность», «Физическая культура», Речевое развитие, «Познание».

1. Образовательные:

- формировать у детей представления о зависимости здоровья от выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья;

2. Развивающие:

- развивать познавательный интерес и речь.

3. Воспитательные:

- воспитывать желание заботиться о собственном здоровье.

Предварительная работа:

Рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение литературы, загадывание загадок, просмотр телевизионных рекламных пауз.

Активизация словаря:

Физические упражнения, физкультура, личная гигиена, закаливание, правильное питание.

Методические приёмы:

Художественное слово, ситуационные задачи, беседа, рассуждения, рассказ по схеме, исследовательские действия, физические упражнения, игра, массаж, задания на разбиение двух групп предметов по видовым понятиям, обращение к жизненному опыту детей.

Оборудование:

Использование ТСО, пакет картинок на каждого ребёнка, значки- смайлики по количеству детей.

Ход занятия:

Организационный момент.

-Ребята, возьмитесь за руки, посмотрите друг на друга, улыбнитесь.

Отправьте мысленно друг другу пожелания. Какое пожелание отправил Никита, Данил, Оля… .

- А я пожелала Вам здоровья!

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

-Что надо делать для того, чтобы сохранить своё здоровье на долгие годы? (заниматься физкультурой, правильно питаться, соблюдать режим дня, закаляться.)

(слайд солнца) №2

- 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 всё хорошо со здоровьем. Эти правила очень важно знать!

(слайд Режим дня) №3

Давайте познакомимся с первым лучиком, а как он называется, вы догадаетесь рассмотрев картинку. (дети рассматривают картинку и приходят к выводу, что первый луч – Режим дня.

- Режим дня - это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня.

(слайд) №4 Стихотворение:

Раз, два, три, четыре, пять

Мне уже пора вставать!

Мне уже пора вставать,

И кроватку заправлять.

Умываться, одеваться

И зарядкой заниматься…

Завтрак мне не помешает,

Мама чай всем наливает.

Чтобы грамотнее стать…

Надо книжки почитать

В доме надо мне прибраться,

Да и в садик собираться.

После сада прогуляться,

Телевизор посмотреть,

Чай попить и спать - в кровать,

Завтра рано мне вставать!

(слайд) №5

-Расскажи о своём режиме дня.

(слайд) №6

-Для того, чтобы быть здоровым необходимо помнить очень важные правила!

(слайд Личная гигиена) №7

Давайте познакомимся со вторым лучиком, а как он называется, вы догадаетесь рассмотрев картинку. (дети рассматривают картинку и приходят к выводу, что второй луч – Личная гигиена.

-Ребята, а что же такое личная гигиена? (Ответы детей)

-Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье.

(слайд Личная гигиена) №8

- Дети, а вы знаете, сегодня к нам в группу приходил Мойдодыр. Он так хотел вас увидеть и так жалко, что он вас не дождался, у него утром очень много забот. Но он оставил вам вот эти предметы.

(слайд гигиенические принадлежности.) №9

Как вы думаете, для чего нам нужны эти предметы? (ответы детей) .

- Молодцы, ребята! Нужно всегда помнить и соблюдать правила гигиены, чтобы быть здоровыми.

-Какие предметы у каждого человека должны быть личными, а какими могут пользоваться все члены семьи?

Задание: Разложить предметы на 2 группы на личные предметы, которыми будете пользоваться только вы одни и для всей семьи. (работа с раздаточным материалом)

Давайте проверим, правильно ли вы выполнили задания.

(слайд гигиенические принадлежности.) №10

-Какие ещё правила о гигиене мы должны знать!

Физкульминутка (слайд.) №11

- А вы сами выполняете физические упражнения? Где?

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

Какие мышцы у вас стали? (ответы детей) .

А настроение?

(слайд Спорт.) №12

-Скажите, как называется третий лучик здоровья?

Дети: Физкультура и спорт

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

Спорт прибавил нам здоровья.

- Ребята, зачем человеку нужна еда? Как вы считаете?

(слайд Правильное питание.) №13

Если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты?

Давайте проверим и поиграем в игру «Вредно, полезно».

(слайд Правильное питание.) №14

Игра: «Вредно, полезно».

«сникерс»: будешь, есть ты «сникерс» сладкий –

будут зубы не в порядке.

Почему?

«молоко»: пейте, дети, молоко –

будете здоровы.

Почему рекомендуется пить молоко?

«Фанта»: будешь «Фанту» пить, смотри –

растворишься изнутри.

Лук и чеснок: Чеснок да лук – от всех недуг.

Апельсины и От простуды и ангины

Лимоны: Помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

С: Молодцы! Какие вы ещё знаете полезные продукты?

Важно кушать полезную пищу – потому что она богата витаминами и сохраняет здоровье.

(слайд Правильное питание.) №15

Скажите, как называется четвёртый лучик здоровья?

Дети: Правильное питание!

-Сейчас внимательно рассмотрите картинку, чем занимаются люди?

Слайд №16

Дети: Закаляются.

Слайд №17

Пословица :

«Смолоду закалишься – на весь век сгодишься».

«Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно».

А как мы в группе закаляемся? (ответы детей) .

- Ребята, а для чего люди закаляются? (ответы) .

Какие вы молодцы!

Слайд №18

Я вас научу делать массаж. (По Уманской.)

Массаж укрепляет здоровье и является закаливающей процедурой.

Теперь вы знаете название пятого лучика здоровья. Это?

Дети: Закаливание.

Слайд №19

Ребята, давайте вспомним, как называются все лучики здоровья?

Почему важно соблюдать правила здоровья?

Слайд №20

-Посмотрите, солнышко улыбается, радуется за вас. Я уверенна, что вы сохраните своё здоровье.

-Ребята, на прощание я хочу вам пожелать «Будьте здоровы! » и подарить вам солнышко – здоровья!

Дарю солнышк