**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад «Росинка»**

**Конспект**

**организованной образовательной деятельности**

**по образовательной области**

**«Познавательное развитие»**

**на тему:**

**«Страна здоровья»**

**для детей старшего дошкольного возраста 5 лет**



****

**Составил:**

**воспитатель**

**МДОУ детского сада «Росинка»**

**Макарова Е.Ю.**



**г. Мышкин,**

 **7.04 2021г.**

**Цель.** Создание условий для формированияу детей осознанного отношения к своему здоровью.

**Цель для детей.** Познакомить с правилами здоровья.

**Задачи.**

Уточнить знания детей о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания, правильного питания, соблюдения правил гигиены.

Развивать словарный запас (предметы личной гигиены, самомассаж); познавательную активность детей, умение рассуждать.

Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье

**Демонстрационный материал.**Герой Карлсон, чемодан, мольберт, картинки (символизирующие правила здоровья), мяч, аудиозапись зарядки, предметы личной гигиены (мыло, зубная щётка, расчёска, полотенце, носовой платок), «Смайлики» весёлый и грустный.

**Раздаточный материалы.** Картинки полезных и вредных продуктов на каждого ребёнка.

**Литература.**Н. С. Голицына Конспекты комплексно – тематических занятий. Старшая группа.

**Содержание.**

**Организационный момент.**

**Воспитатель.**Ребята,сегодня на занятие к нам пришли гости. Давайте мы с нимипоздороваемся. «Здравствуйте!»Вы знаете, что означает слово «здравствуйте»? (*Ответы детей).*Когда люди здороваются, они не только приветствуют друг друга, но и желают друг другу здоровья.

А вы моего друга, Карлсона, который живет на крыше, не видели?

*Дети отвечают.*

**Воспитатель.** Нет!? Я его сегодня с утра жду, а он всё ещё не прилетел. Странно?

*В зал входит грустный Карлсон*, *здоровается.*

**Воспитатель.** Карлсон, ты почему такой грустный?

**Карлсон.**Я поправился и теперь не могу летать, Я очень хочу похудеть. Я собиралсяв Страну здоровья, потому что там все здоровые, но я не знаю, где она находится. Помогите мне, пожалуйста, ребята! Вы все такие весёлые, подвижные, красивые, расскажите, как вы заботитесь о своём здоровье.

**Поисковый этап.**

**Воспитатель.** Что мы можем сделать для Карлсона? Как мы сможем помочь Карлсону, давайте порассуждаем?

**Мы должны рассказать Карлсону, как сохранить своё здоровье, может, вместе мы узнаем, где находится Страна здоровья.**

**Воспитатель.** Каждый человек может сам укрепить и сохранитьсвое здоровье. Мы с вами много всего делаем, чтобыбыть здоровыми. Я предлагаю поиграть в игру «Продолжи фразу»

**Игра «Продолжи фразу:Чтобы быть здоровым, я…»**

Ход: Детям предлагается стать в круг. Передавая мяч, ребята называютдействия, которые они выполняют в детском саду и дома для того, чтобыбыть здоровыми.

**Практический этап.**

**Воспитатель.**Вот, Карлсон, сколько всегомы делаем, для того чтобы быть здоровыми!

 Давайте расскажем Карлсону, какие правила надо соблюдать, чтобы быть здоровым. Чтобы быть здоровым, с чего мы начинаем свой день в детском саду? (с зарядки).На зарядке, мы что выполняет? Кто – нибудь сможет назвать первое правило здоровья? **Первое правило: здоровье — это движение.***Воспитатель прикрепляет на мольберт картинку, символизирующую первое правило здоровья.*

Становитесь по порядку навесёлую зарядку. И ты, Карлсон, присоединяйся.

*Под музыкальное сопровождение проводится комплекс утренней гимнастики.*

**Воспитатель.**По окончании зарядки обращается к детям: Здоровье в порядке?

**Дети.** Спасибо зарядке.

**Воспитатель.** Давайте ещё раз напомним Карлсону,первое правило здоровья: **здоровье - это движение!**

**Воспитатель.** Карлсон, а что у тебя в чемодане?

**Карлсон.** Эти предметы лежат у меня дома, я не знаю, что с ними делать.

**Воспитатель**. Не переживай,Карлсон, ребята тебе помогут. Сейчас я загадаю загадки, дослушайте каждую загадку до конца, а затем отвечайте,если отгадаете, найдите отгадку у Карлсона в чемодане и расскажите, для чего эти предметы нужны.

**Загадки про предметы личной гигиены.**

**1.** Чтоб грязнулею не быть, следует со мной дружить,

Пенное, душистое, руки будут чистыми. (Мыло)

*Для чего нам нужно мыло? (чтобы руки и тело были чистыми)*

**2.** Оказались на макушке два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску, надо что иметь? (Расческу)

*Для чего нужна расчёска? (чтобы расчёсывать волосы)*

**3**. Вафельное и полосатое, ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою, что это такое? (Полотенце)

 *Для чего нужно полотенце? (чтобы вытираться)*

**4.**Пластмассовая спинка, жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит, нам усердно служит. (Зубная щетка)

*Для чего нужна зубная щётка? (чтобы чистить зубы)*

**5.** Нос детишкам вытирает этот ткани лоскуток.

Горе тем, кто забывает положить в карман … (Платок)

*Для чего нужен носовой платок? (вытирать слёзы, грязь)*

**Воспитатель.**Как можно, одним словом, назвать все эти предметы *(Предметы личной гигиены*). Почему они называются предметы ***личной*** гигиены? *(Потому что они предназначеныдля каждого человека.)* Скажите, а для чего нужны эти предметы? *(Для того, чтобы быть чистыми).*Назовите второе правило здоровья.

**Второе правило:** **Чистота - залог здоровья!***Воспитатель прикрепляет на мольберт картинку, символизирующую второе правило здоровья.*

*Дети повторяют для Карлсона.*

**Карлсон**. М-м-м, как у вас в детском саду вкусно пахнет! Я чувствую, как пахнет булочками с вареньем!

**Воспитатель.** Карлсон, а разве булочки с вареньем полезны для здоровья?

Ребята хорошо знают, какие продукты полезны для здоровья, а какие вредны.

**Дидактическая игра «Полезно – вредно»**

На столе два подноса, используются 2 смайлика – веселый и грустный. Дети по одному выходят и раскладывают продукты на подносык веселому смайлику – полезные, а к грустному – вредные для нашего организма.

Условие: берём по одному продукту, называем его и говорим вредный он или полезный.

**Воспитатель**. Как вы думаете, для чего мы едим?

**Дети.** Человек ест, чтобы жить.

**Воспитатель**. Пища – не только источник энергии, необходимый для деятельности человека, но и материал для роста и развития. Назовите третье правило здоровья.

**Третье правило здоровья: Здоровье – это правильное питание**.*Воспитатель прикрепляет на мольберт картинку, символизирующую третье правило здоровья.*

Чтобы быть здоровым нужно ещё закаляться.

Давайте вспомним, как можно закаляться (быть на свежем воздухе, умываться прохладной водой, ходить по дорожкам здоровья…)

**Воспитатель.** Кто – нибудь назовёт четвёртое правило здоровья.

*Ответы детей.*

**Воспитатель.Здоровье – это здоровое тело!***Воспитатель прикрепляет на мольберт картинку, символизирующую четвёртое правило здоровья.*

Есть еще один способ закаливания – это самомассаж. Что такое самомассаж, как вы думаете? (Массаж - это поглаживание. А часть слова «само» - это значит, что человек делает сам себе массаж.) Самомассаж защищает от простуды и помогает нашему организму быть здоровым.

**Самомассаж:«Чтобы горло не болело…»**

*Чтобы горло не болело,*

*Мы его погладим смело.*

*Чтоб не кашлять, ни чихать, будем носик растирать.*

*Вилку пальчиками сделай и массируй ушки смело.*

*Щёчки погладили, бровки разгладили,*

*Знаем, знаем, да-да-да! Нам простуда не страшна!*

**Воспитатель.** Назовите четвёртое правило здоровья. (**Ответы детей**.)

Ребята, мы знаем четыре правила, что помогают нам быть здоровыми. Скажите, должен ли здоровый человек быть добрым,уметь видеть и понимать прекрасное?

Что значит, быть добрым? Что значит: видеть и понимать прекрасное? Вы знаете, что сейчас мы с вами нашли ещё одно правило. Может быть вы его назовёте? (Ответы детей). **Здоровья - это доброе сердце.***Воспитатель прикрепляет на мольберт картинку, символизирующую пятое правило здоровья.*

**Воспитатель.** Давайте ещё раз назовём для Карлсонакакие правила надо соблюдать, чтобы быть здоровым.

**Здоровье — это движение.**

**Чистота - залог здоровья.**

**Здоровье – это правильное питание.**

**Здоровье – это здоровое тело**

**Здоровье — это доброе сердце.**

**Воспитатель.** Как вы думаете, где соблюдаются все эти правила. Вы ходите чистые и опрятные, каждый день делаете зарядку, соблюдаете правила личной гигиены (моете руки, следите за своим внешним видом), вам готовят вкусную и полезную пищу, следят за вашим здоровьем, учат быть добрыми друг у другу? Где же находится эта Страна здоровья? (Ответы детей). Это наш детский сад. Карлсон, здесь в нашем детском саду созданы условия, чтобы все росли крепкими, сильными и здоровыми. Если соблюдать эти правила, тогда все всегда будут здоровы и счастливы. Если хочешь, Карлсон, оставайся у нас в детском саду.

**Карлсон.** Нет, спасибо! Меня ждёт мой друг Малыш. Вы мне очень помогли, рассказали, как можно сохранить своё здоровье. Я пойду и расскажу своему другу Малышу. Теперь мы вместе с ним будем соблюдать все правила здоровья. До свидания, ребята!

**Рефлексия.**

Мы смогли помочь Карлсону? Как мы помогли Карлсону? Где находится Страна здоровья, которую хотел посетить Карлсон?

**Воспитатель.**

Я очень рада, что мы вместе с вами помогли Карлсону.

Спасибо, вы большие молодцы!



