

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1 р.п. Тамала Ульяновский филиал

Конспект
организованной образовательной деятельности
на тему « Мы желаем всем здоровья!»
старшая группа



Воспитатель:
Ромашкина Оксана Вячеславовна
первая квалификационная
категория

2017год

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

Задачи:

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 Артем, Данил, Даша... .

- 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:

Режим дня

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!



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

Помни!



1. В сутки вы должны спать не менее 8-9 часов.



2. Кушать надо примерно в одно и то же время 4-5 раз, но ни как не реже 3-ёх раз.





3. Побольше двигаться, проводить на свежем воздухе не меньше 2-ух часов в день.




4. Чередовать учёбу или работу с отдыхом

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

(слайд Личная гигиена) №7

Личная гигиена.







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

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)

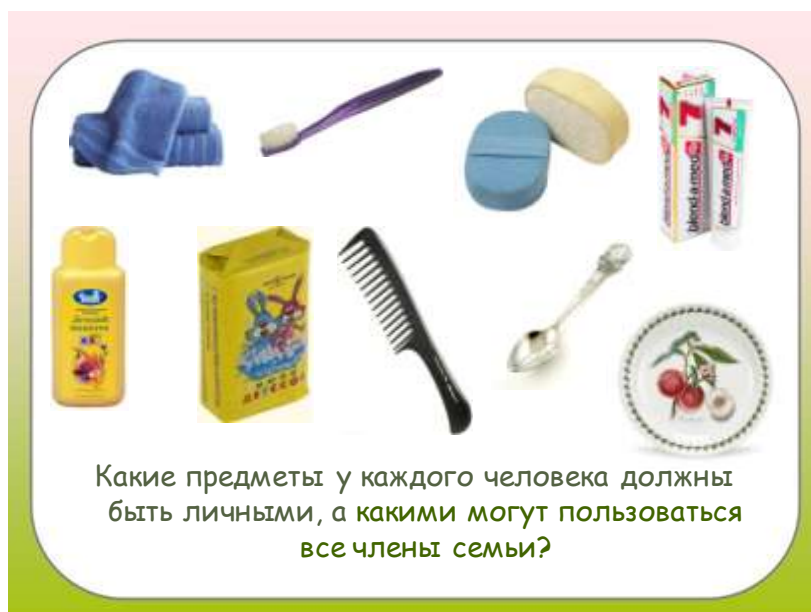
-Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье.

(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!

Физкультминутка (слайд.) №11

Физкультминутка

Вверх рука и вниз рука.
Потянули их слегка.
Быстро поменяли руки!
Нам сегодня не до скуки.
Приседание с хлопками:
Вниз — хлопки вверх — хлопок.
Ноги, руки разминаем,
Точно знаем — будет прок.
Крутим-вертим головой,
Разминаем шею. Стой!



- А вы сами выполняете физические упражнения? Где?

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

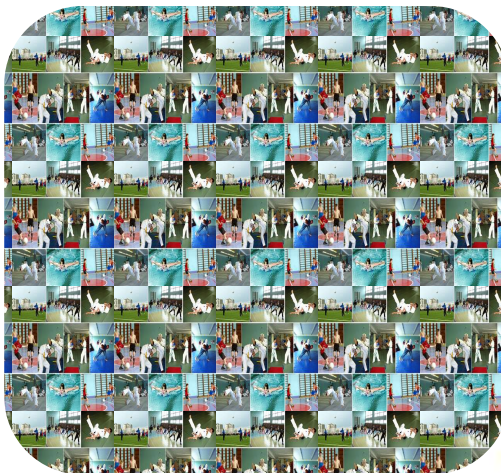
Какие мышцы у вас стали? (ответы детей) .

А настроение?

(слайд Спорт.) №12

Занятие спортом

Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейны, корт,
Зал, каток – везде вам рады.
За старание в награду
Будут кубки и рекорды,
Станут мышцы ваши тверды.
Только помните –
спортсмены
Каждый день свой
непреренно
Начинают с физзарядки.
Не играйте с дремой в
прятки,
Быстро сбросьте одеяло,
Встали – сна как не бывало!



-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 недугов.

Апельсины и от простуды и ангины

Лимоны: Помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

В: Молодцы! Какие вы ещё знаете полезные продукты?

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

(слайд Правильное питание.) №15

Ешьте овощи и фрукты.

Ешьте овощи и фрукты-
Это лучшие продукты.
Вас спасут от всех
болезней.
Нет вкусней их и
полезней.
Подружитесь с овощами,
И с салатами и щами.



**Витаминов в них не
счесть.
Значит, нужно это есть!**

Скажите, как называется четвёртый лучик здоровья?

Дети: Правильное питание!

-Сейчас внимательно рассмотрите картинку, чем занимаются люди?

Слайд №16

Закаливание организма

Малыш ты хочешь быть здоров,
Не пить плохих таблеток,
Забыть уколы докторов,
И капли из пипеток.
Чтобы носом не сопеть,
И не кашлять сильно,
Обливайся каждый день,
Лей весьма обильно.
Чтоб в учёбе преуспеть,
И была смекалка,
Всем ребятушкам нужна
Водная закалка.



Дети: Закаляются.

Слайд №17

Закаливание



«Смолоду закалишься – на весь век сгодишься».
«Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно».

Пословица :

«Смолоду закалишься – на весь век сгодишься».

«Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно».

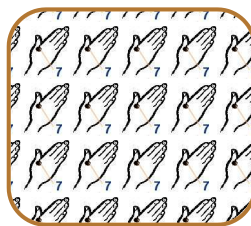
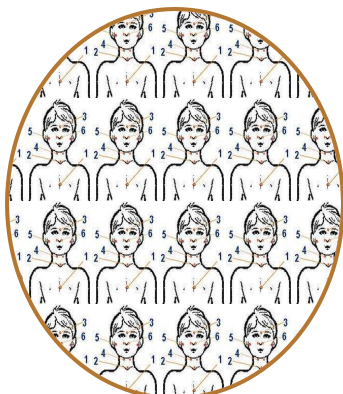
А как мы в группе закаляемся? (ответы детей) .

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

Какие вы молодцы!

Слайд №18

Массаж



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 уверена, что вы сохраните своё здоровье.

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

Дарю солнышки.

