муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида №1» городского округа Самара

Конспект образовательной деятельности в подготовительной группе

по познавательно-исследовательской деятельности

«Где прячется здоровье»

Воспитатель:

Гольмакова Елена Григорьевна

г. Самара, 2022 год

«Где прячется здоровье»

Цель: Способствовать закреплению знаний детей о здоровом образе жизни.  
Задачи:

1.Развивать разговорную речь детей, понимать смысл пословицы. — Расширять словарный запас;

1. Закреплять у детей представления о зависимости здоровья от режима дня, спорта, свежего воздуха, правильного питания, гигиены и сна. 2.Повысить речевую активность детей.  
  
4.Развивать желание беречь своё здоровье, поддерживать разными видами деятельности.

5. Направлять детей на логичное и последовательное грамматически правильное выражение своих мыслей; Развивать познавательный интерес, мышление, речь, умение рассуждать, делать умозаключение;

6.Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, формируя привычку к здоровому образу жизни .

**Методы и приёмы:**наглядный, словесный, практический.

**Материалы и оборудование:** Макет садика, иллюстрации по теме, дидактические игры по теме, надувной шарик, чудесный мешочек, Листья деревьев.

**1.Вводная часть**

Дети заходят в группу.

Ребята, у нас сегодня гости! Давайте, поздороваемся с ними! А знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили им частичку здоровья, потому, что сказали: “Здравствуйте!” Здоровья  желаю.

**Воспитатель:** Ребята, к нам в садик приходила мама малыша, который в этом году должен пойти в детский сад. Мамочка очень боится отдавать своего малыша в детский садик. Она переживает, что малышу в детском саду будет неинтересно и он будет часто болеть. Наша задача состоит в том, чтобы доказать маме малыша, что мы в детском саду не только интересно проводим время, но и укрепляем своё здоровье в течение всего дня. Чтобы нам это доказать, мы сегодня с вами покажем гостям, какую пользу приносит детский сад здоровью. Вечером я отправлю письмо от нашей группы.

**Воспитатель:** Как вы думаете, мы сможем справиться с этой задачей?

**Дети:** Да!

**Воспитатель:** Прежде, чем мы начнем наше с вами занятие, я хочу прочитать вам старую легенду.

*«Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть умным». Третий сказал: «Человек должен быть здоровым». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, то он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!».*

**Воспитатель:** Если, здоровье есть в каждом из нас, как же мы его с вами поддерживаем в детском саду? **Дети:** **Воспитатель:** Ребята, что значит, быть здоровым? **Дети: Воспитатель:** Какие пословицы о здоровье знаете вы?

**Дети:**

•*Здоровье дороже богатства.*

*• Ешь чеснок и лук - не возьмёт недуг.*

*• Яблоко в день – доктор за дверь.*

*• В здоровом теле – здоровый дух.*

*• Кто любит спорт, тот здоров и бодр.*

*• Холода не бойся сам по пояс мойся.*

*• Я здоровье берегу сам себе я помогу.*

*• Для здоровья нам нужна витаминная еда.*

**Воспитатель:** Молодцы ребята!

**1.Режим дня.**

**Воспитатель:** Ребята, что такое режим дня?

**Дети:** Режим дня - это когда все твои дела распределены чётко по времени в течение дня. Режим помогает быть дисциплинированным, помогает укрепить здоровье, хорошо и качественно выполнить все свои дела и задания.

**Воспитатель:** Вот и у нас с вами в детском саду есть режим дня и так как он помогает укреплять здоровье мы его с вами закрепим на нашей доске.

**2. Спорт. Воспитатель:** Ребята, что такое спорт? **Дети:** Спорт - это физические упражнения: гимнастика, игры, борьба, туризм, и т. д. Спорт развивает и укрепляет организм человека. **Воспитатель:** Какие виды спорта вы знаете? **Дети:** Футбол, хоккей, плавание, гольф, теннис, волейбол, баскетбол, бадминтон, коньки, ролики и т.д. **Воспитатель:** Молодцы! Разложите атрибуты ко всем видам спорта. **Дидактическая игра «Спорт и атрибуты» Воспитатель:** Ребята, а  как вы  в детском саду тренируете мышцы своего тела? **Дети:**  **Воспитатель:** Так как спорт является источником здоровья, мы его тоже закрепляем на доску.

**3. Правильное питание.**

**Воспитатель:** Что такое правильное питание?

**Дети:** Правильное питание – это здоровое питание.

**Воспитатель:** Назовите полезные продукты и какие витамины в них содержатся.

**Дети:**

**Дидактическая игра «Правильное питание на весь день»**

Выберите полезную еду на весь день и разложить по порядку?

**Воспитатель:** Молодцы! Вы заметили, что всеми этими продуктами мы питаемся в детском саду.

**Дети:** Да!

**Воспитатель:** Молодцы! Правильное питание мы прикрепляем на нашу доску.

**4. Свежий воздух.**

**Воспитатель:** Ребята, как вы думаете, что у меня находится в шарике? **Дети:** Воздух.

**Воспитатель:** А что сейчас есть в шарике?

**Дети:** Нет воздуха.  **Воспитатель:** А где находится воздух? **Дети:** На улице, в группе, повсюду.

**Воспитатель:** Какой воздух полезен нашему организму?

**Дети:** Чистый

**Воспитатель:** Где много чистого воздуха?

**Дети:** В лесу **Воспитатель:** Воздух в котором много кислорода называется чистым. Откуда берётся кислород? **Дети:** Кислород выделяют растения, цветы.

**Воспитатель:** Ребята, чтобы быть здоровыми, нам ещё нужно уметь и правильно дышать. Давайте сделаем все вместе упражнение на дыхание «Мы подуем высоко». (Выполняем  стоя возле стульчиков)

*Мы подуем высоко. Мы подуем низко.*

*Мы подуем далеко. Мы подуем близко.*

*(сели на стульчики)*

**Воспитатель:** Так как свежий воздух нужен нам для здоровья, мы его тоже прикрепляем на нашу доску.

**5.  Гигиена.**

**Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

Дети на ощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться, доказывая при этом, что предметы именно для личного пользования.

**Воспитатель:** Как можно одним словом назвать эти предметы?

**Дети:** Предметы личной гигиены. **Воспитатель:** Дети, как вы думаете, для чего нужны эти предметы?  **Дети:** Чтобы быть чистыми.

**Игра: «Как правильно вымыть руки» Воспитатель:** Закрепим на доске.

**6.Сон**

**Воспитатель:** как вы думаете, что такое сон?

**Дети:** Сон – это состояние **человека**, при котором всё его тело отдыхает.

**Воспитатель:** Как вы думаете, **зачем человек должен спать**?

**Дети:** Во время сна **человек**отдыхает и набирается сил. Сон позволяет мозгу развиваться, а телу расти.

**Игра «Можно – нельзя перед сном»**

Играть в настольные игры,

Шуметь, кричать, играть в шумные, подвижные игры,

Читать книги,

Посмотреть передачу "Спокойной ночи малыши "

Слушать громкую музыку.

Чистить зубки,

Кушать жирную пищу

Принимать душ.

долго смотреть телевизор.

**Воспитатель:** Закрепим на доске.

**Заключительная часть.**

**Воспитатель:** Вот и заканчивается наше занятие. Как вы думаете, справились ли мы со своей задачей?

**Воспитатель:** Здоровье человека бесценный дар и спрятано оно в самом человеке.

Так, что же нам поможет сохранить наше здоровье? Вам понравилось занятие? Что узнали нового, чему научились?

Я вами очень довольна, вы очень хорошо занимались. Спасибо!

Кому понравилось занятие, возьмите желтый смайлик, кому было нелегко на занятие, возьмите зелёный смайлик, а кому не понравилось занятие, возьмите фиолетовый смайлик.

Вручение медалей