Образовательная деятельность по познавательному и социально – коммуникативному развитию в старшей группе

 «На что похоже здоровье?»

Программное содержание:

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие».

**Цель:** воспитывать у дошкольников бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
***Образовательные задачи:***
• Формировать представление детей о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.
• Прививать потребность в ЗОЖ, уважение к физическим упражнениям и занятию спортом.
• Сформировать у детей представление о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.
• Закрепить основные понятия: распорядок дня, личная гигиена, витамины, полезные продукты, ЗОЖ.

***Развивающие задачи:***

*.*•Развивать познавательный интерес и речь.

 Развивать связную речь за счёт использования в речи развёрнутых предложений.

 Обогащение словаря за счёт прилагательных: сильный, смелый, крепкий, здоровый, весёлый; за счёт слов обозначающих предметы личной гигиены.

 Развивать общую и мелкую моторику.

• Развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность.

***Воспитательные задачи:***• Воспитывать у детей навыки и потребность в ЗОЖ.
• Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

***Предварительная работа:*** чтение произведения К. И. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе». Чтение стихотворений о спорте, отгадывание загадок. Рассматривание иллюстраций.

***Ход образовательной деятельности:***

«Доброе утро!» - я вам говорю.

«Доброе утро!» - я вас всех люблю.

Желаю вам хорошо постараться, слушать внимательно, ума набраться.

Ребята, какими словами я вас поприветствовала?

Дети: доброе утро.

А сейчас я приглашаю вас всех встать в круг. Это не просто круг, а круг радости. Давайте мы сейчас со всеми поздороваемся, и дружно скажем:

Здравствуй мир! (руки вверх)

Здравствуй свет! (руки в стороны)

Здравствуй добрый человек! (руки вперёд).

Человек при встрече с другими говорит замечательное слово: «Здравствуйте».

Как вы думаете, что оно обозначает?

Дети: пожелания здоровья.

Воспитатель: правильно. Что такое «Здравствуйте»?

 Лучшее из слов, потому, что «Здравствуйте»

 Значит, будь здоров.

Предлагаю присесть на коврик.

Воспитатель: ребята, а что значит быть здоровым?

Дети: это значит быть весёлым, радостным, красивым, сильным.

Воспитатель: я открою вам секрет, здоровье оказывается спрятано в каждом из нас. Здоровье – это самое ценное, что есть у человека, и только мы сами можем его сохранить.

Ребята, а что надо делать, чтобы здоровье было крепким?

Ответы детей.

Воспитатель: ребята, а как вы думаете, на, что может походить здоровье?

Ответы детей.

Воспитатель: ребята, чтобы узнать, на, что похоже здоровье, нам надо выполнить несколько заданий. Вы готовы приступить к выполнению очень сложных заданий?

Дети: да.

Воспитатель: тогда вставайте на ноги, отправляемся на поиски первого задания.

Находим картинку с режимом дня.

Воспитатель: ребята, как вы думаете, что означает эта картинка?

Дети: это режим дня.

Воспитатель: а что значит режим дня?

Дети: это когда всё выполняется в своё время.

Воспитатель: правильно. Как у нас в детском саду, с режимом дня знакомы ваши родители, а часы показывают время выполнения определённого действия. Режим дня помогает укрепить здоровье.

Ребёнок: Чтоб здоровье сохранить,

 Организм свой укрепить,

 Знает вся моя семья,

 Должен быть режим у дня.

Идём дальше, находим следующую картинку.

(закаливание).

Воспитатель: ребята, как вы думаете, что означает эта картинка?

Дети: закаливание.

Воспитатель: что мы можем отнести к закаливанию?

Ответы детей.

Воспитатель: как вы думаете, для чего люди закаляются?

Ответы детей. (Чтобы мало болеть, быть всегда весёлым, бодрым).

Воспитатель: люди закаляются, чтобы научить свой организм сопротивляться вредным условиям, быть сильными, выносливыми, здоровыми.

Воспитатель: ну, что отправляемся дальше. (следующая картинка полезная еда) предлагаю присесть на коврик.

Воспитатель: послушайте пословицу «Хочешь, не хочешь, а есть надо».

(показываю картинку)

Воспитатель: ребята, как вы думаете, что эта картинка означает.

Ответы детей.

Воспитатель: зачем человеку еда?

Ответы детей.

Воспитатель: а сейчас мы с вами поиграем. Если вы считаете то, что я скажу правильное питание, хлопаете в ладоши, если нет молчите.

«Ешь побольше витаминов, пей морковный вкусный сок, и тогда ты точно будешь очень строен и высок».

 «Пейте дети молоко, будете здоровы».

Есть можно в любое время, даже ночью?

Надо есть продукты, которые полезные для здоровья?

Пищу надо есть не жуя?

«Зубы вы почистили и идите спать, захватите булочку сладкую в кровать».

«Не грызите лист капустный, он совсем, совсем не вкусный. Лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад».

«Чтобы правильно питаться, вы запомните совет,

 Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мёд и винегрет».

Ребёнок: Никогда не унываю и улыбка на лице.

 Потому что принимаю витамины А В С.

Игра вкусная и полезная еда.

Воспитатель: нам пора отправляться на поиски следующего задания.

(Следующая картинка спорт).

Воспитатель: а вы выполняете спортивные упражнения? Где?

Ответы детей.

Воспитатель: для чего нужно заниматься спортом?.

Ответы детей.

Ребёнок: спорт ребята очень нужен,

 Мы со спортом крепко дружим.

Спорт – помощник,

Спорт – здоровье,

Спорт – игра,

Спорту – скажем дружно «Да».

Воспитатель: а теперь давайте сделаем разминку.

Как спортсмены на параде

Мы шагаем ряд за рядом,

Левой раз, правой раз

Посмотрите все на нас.

Следующая картинка умывание.

Для чего умываемся?

Дети: чтобы быть чистыми и опрятными.

Давайте вспомним правила чистоты:

Умываться два раза утром и вечером. Чистить зубы, руки мыть перед едой и после посещения туалета.

Что должно быть у каждого личное?

Нашли солнышко.

Воспитатель: ребята, что же это?

Ответ.

Воспитатель: оказывается здоровье похоже на солнышко. Ребята, если вы будете выполнять режим дня, заниматься спортом, следить за чистотой. Вы будете такими как солнышко, светлыми, яркими, задорными и здоровыми.