**Конспект совместной деятельности с детьми подготовительной группы ОО « Физическое развитие» ( приобщение к здоровому образу жизни)**

**Тема:** « Лучики здоровья»

**ИОО:** познавательное развитие, физическое развитие, коммуникативное развитие.

**Цель: :** развитие желания самостоятельно заботиться о своем здоровье.

**Задачи:**

1. Систематизировать представления детей о здоровье, способах его сохранения и здоровом образе жизни.

2.Формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;

3.Развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь;

4.Закреплять основные понятия: "распорядок дня", "личная гигиена", "витамины", "полезные продукты", "здоровый образ жизни";

5. Воспитывать у детей навыки и потребности в здоровом образе жизни.

**Оборудование:** макет солнышка с отрывными лучами, цветочки с загадками, ИКТ, дидактическая игра "Режим дня", коробка с массажными мячами, дидактическая игра «Назови вид спорта», маленькие солнышки-сувениры, пособие «Витамины», картонные домики на магнитной доске.

**Предварительная работа:**

Беседы с детьми по темам: "Что такое здоровье?", "Значение режима в жизни человека?", "Здоровье дороже золота", "О последствиях не соблюдения ОБЖ". Беседы – размышление "Что такое хорошо и что такое плохо"; "Что такое здоровье", "Чистота залог здоровья".

Исследовательская деятельность: "Значение воздуха для организма", Развивающие игры: - "Разрезные картинки", "Угадай что это?"

Дидактические игры: "Найди отличия", "Режимные моменты", "Узнай вид спорта", "Полезно – вредно","Чистые ручки".

Сюжетно-ролевые игры: "Мытье игрушек","Стирка кукольного белья".

**Методические приемы:**

Беседа, загадки, игровые моменты, дыхательная гимнастика, физминутка, самомассаж, поисково-исследовательская деятельность, художественное слово, ситуационные задачи, исследовательские действия, использование наглядности, динамические паузы, обращение к жизненному опыту детей.

**Ход СДД:**

|  |  |
| --- | --- |
| Динамика | Методические приемы |
| Дети стоят в рассыпную.    Дети садятся на стульчики  Дети садятся на стульчики.  Дети встают    Дети садятся.  Дети выбирают по одному предмету гигиены.    Дети стоят.  Дети подходят к столу.  Выполняют массаж ладоней.  Дети подходят к магнитной доске.  Дети подходят к столу .  Дети садятся на стульчики, рассказывают , что изображено на картинке и по порядку выкладывают  цепочку.  Дети подходят к другому столику и выбирают картинки, расселяют их по домикам. | **1. Орг.момент.**  Воспитатель: Дети, сегодня к нам пришли гости- давайте с ними поздороваемся.  Дети: Здравствуйте.  Воспитатель: А ведь слово здравствуйте означает не только приветствие, но и пожелание **здоровья.**  **« Здравствуйте»-**значит-« **здоровы будьте».** Ребята, а хорошо быть здоровым?  Дети: Да.  Воспитатель: Как вы думаете, что такое здоровье? ( ответы детей)  Воспитатель: Правильно, **здоровье**-это когда ты весел, и все у тебя получается, когда ты не болеешь. **Здоровье** нужно всем- и детям, и взрослым и даже животным. Прислушайтесь к себе, ничего не болит? Значит сейчас ваше **здоровье в порядке.** Что же нужно делать, чтобы быть здоровыми? Хотите узнать? Да.  **2. Мотивация**  Воспитатель: Ребята, я вас приглашаю в увлекательное путешествие в страну **здоровья,** где мы узнаем, как нужно заботиться о своем здоровье. А в этом нам поможет солнышко, но лучики у нее потерялись, но прежде чем найти ее лучики, нужно выполнить задания. Вы готовы помочь, найти солнечные лучики?  **3. Показ слайдов.**  Воспитатель: Я вам предлагаю удобно присесть на стульчики. Давайте посмотрим **« Что хорошо, а что плохо для здоровья» (просмотр слайдов).** Дети дают описание по картинкам.  **4. Вопросы к детям**  Ребята, теперь нам предстоит выполнить задание, чтобы найти лучики солнышку. Кто знает, что обозначает слово гигиена?  Воспитатель: гигиена- это наука об улучшении и сохранении здоровья. Отправимся в путь , чтобы выполнить задания солнышка. (Дети встают).  **5. Загадывание загадок.**  Воспитатель: Ребята, а какое время года сейчас? (весна). Посмотрите, на пути сколько много подснежников. Ведь подснежник-это первый весенний цветок. Наверно, солнышко приготовила для нас задание. Давайте мы их соберем. (каждый из детей берет подснежник). На подснежниках спрятаны загадки, отгадаем?  1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.  Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. **(мыло)**  2. Вытирала я, старалось после бани паренька.  Все помялось, все промокло, нет сухого уголка**. (полотенце)**  3. Хвостик из кости, а на спинке -щетинки. **(зубная щетка)**  4. Кто нам самый лучший друг, смоет грязь с лица и рук. **(вода)**  5. Резинка Акулинка пошла гулять по спинке  Собирается она вымыть спинку докрасна. **(мочалка)**  6 Целых двадцать пять зубков для вихров и хохолков. **(расческа)**  7. Все девочки и мальчики   Носят меня в карманчике,  А как нужен стану   Так меня достанут   Чисто себя приберут   И обратно спрячут. **( Носовой платочек)**  8. Что за чудное стекло,  На стене висит оно.  Если в него смотреть   Можно двойника увидеть. **( Зеркало)**  9. Глаза я крепко закрываю,  В голову его втираю,   А потом водой смываю.   Это средство для волос,  Может быть даже без слез. **( Шампунь)**  10. Мойдодыру я родня.  Отверни-ка ты меня.  И холодною водою  Живо я тебя умою. **( Кран)**  Воспитатель: молодцы, дети, все загадки отгадали правильно. О чем все эти загадки? (ответы детей)  **6. Дидактическая игра « Собери предметы гигиены»**  Ребята, а вот еще одно задание. **Игра « Собери предметы гигиены»** ( каждый ребенок берет один предмет и встает в ряд). Пояснить, для чего он нужен?  Ребята, а вот и **первый лучик нашелся.** Что же на нем написано? (гигиена). Прикрепляем его к солнышку.  **7. Опыт с воздухом.**  **.** Воспитатель: Чтобы узнать, как будет называться следующий лучик, ответьте мне на такой вопрос:  - Я знаю, что человек может прожить без еды -5 недель, без воды-5 дней, а без этого не больше 1 минуты.  -Что же это? (воздух). А ты как считаешь? (индивид. опрос)  А теперь давайте проведем опыт на дыхание. Я выставлю секундомер, а вы должны затаить дыхание. Сколько по времени вы продержитесь без воздуха. Что вы почувствовали? Не хватает воздуха. Мы берем из воздуха кислород, без которого жить нельзя.  Ребята, а вот и второй лучик, называется **лучик воздуха. (** крепим его)  **8. Сюрпризный момент.**  Воспитатель: Ребята, а сейчас мы продолжим наше путешествие, пойдемте за следующим лучиком. Посмотрите, здесь какая- то коробка, посмотрим, что там спрятано? ( массажные мячи).  А для чего они нужны? ( делать массаж, играть)  Ребята, а давайте сделаем .массаж ладошек.  Упражнение с мячами « су-джок»  *(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)*  Я мячом круги катаю,  Взад - вперед его гоняю.  Им поглажу я ладошку.  Будто я сметаю крошку,  И сожму его немножко,  Как сжимает лапу кошка,  Каждым пальцем мяч прижму,  И другой рукой начну.  Воспитатель: - добавилось силы у вас после массажа?  **9. Игра « Назови вид спорта»**  - Ребята, а здесь еще одно задание от солнышка. Игра « Назови вид спорта»  Идём к магнитной доске, выполним задание, здесь у меня карточки с разными видами спорта, назовём, какой вид спорта ты знаешь. (карточки перевёрнуты на столе, дети поочерёдно берут по одной, вывешивают на мольберт и называют вид спорта). (летний и зимний вид спорта)-2 команды.  Молодцы! Хорошо знаете виды спорта. Задание выполнили, а вот и лучик, называется он **« Физкультура и спорт».**  **10. Игра « Что сначала , а что потом»**  Отправляемся за следующим лучиком дальше, ну а здесь модель часов.  - Дети , как вы думаете, зачем нужны нам часы (суждение детей)  Воспитатель: Да, вы правы, часы нам нужны для того, чтобы соблюдать режим. Он помогает быть дисциплинированным, помогает укреплять здоровье. Должен быть режим у дня. часы нам нужны для того, чтобы ориентироваться во времени, знать, когда надо проснуться, чтобы не опоздать в детский сад на утреннюю гимнастику, чтобы знать, когда наступит обед, время прогулки и сна.  Режим – это когда выполняются все дела в течение дня, по времени, ну а часы показывают время выполнения режима дня.  А теперь я хочу узнать, как хорошо вы знаете и выполняете режим. (дети садятся на стульчики)  **11. Игра "Что сначала, что потом»"** -детям раздаются карты с изображением разных видов деятельности. Дети по одному рассказывают, что изображено на картинке, и по порядку выкладывают картинки с изображением в живую цепочку) (По ходу игры обращаю внимание детей на то, что ложиться спать и вставать надо в одно и то же время, ежедневно делать утреннюю зарядку, необходимо есть в одно и то же время, нельзя долго смотреть телевизор).  Ребята, вы справились с заданием и следующий лучик называется **« Режим дня»**  **12. Вопросы детям о полезной пище.**  Воспитатель: Ребята, а что вы знаете про полезную пищу? Что такое витамины и где они живут? (обращаю внимание детей на стол с картинками овощей и фруктов)  Ответы детей.  Воспитатель: Да, действительно, ягоды, овощи и фрукты – основные источники витаминов и минеральных веществ, поэтому так важно правильно питаться, не отказываться от полезной пищи. Витаминов там не видно, но они там есть и нужны человеку.  **13. Игра «Витамин в своем домике»**  - Ребята, а вы знаете, что у каждого витамина есть свой домик. Давайте познакомимся поближе (выставляется доска с изображением план-схемы домиков с окошками, на крыше у каждого обозначения А, В, С). Это домики самых главных витаминов А, В, С,  - Кто же живёт под названием «Витамин А»? (дети поочереди выбирают картинки на столе овощей и фруктов и расселяют по домикам)  - кто живёт в домике витамина В?  - и кто живёт в домике под названием витамин С?  Воспитатель:-Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.  - пойдёмте за лучиком, какой у нас лучик получился? **Витамины!** Они нужны для здоровья (клеем лучик).  **14. Итог:** Ребята, вам понравилось путешествовать в стране здоровья? А что вам больше всего понравилось в нашем путешествии?  Какие лучики мы нашли ? ( гигиена, физкультура и спорт, режим дня, витамины). А что это за лучики? (каждый лучик это правило которое нужно выполнять.) .  Солнышко сияет, улыбается. Благодарит вас за помощь.  Воспитатель: - Я вам подарю каждому ваше солнышко, чтобы вы всегда помнили, из чего складывается наше здоровье. Берегите его! А нашим гостям мы желаем: не болейте, не старейте, молодейте, хорошейте! До свидания! (дети и воспитатель прощаются с гостями) |

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 29 «Карамелька»

**Совместная деятельность с детьми подготовительной группы**

**ОО « Физическое развитие» (приобщение к здоровому образу жизни)**

Составила: воспитатель

подготовительной гр. Полякова С.В.

Юрга, 2018