Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №3 «Улыбка» г. Калача - на - Дону Волгоградской области

**Конспект непосредственно образовательной деятельности по социально-коммуникативному развитию (Здоровье) на тему**: **«Мы здоровье сбережем!»** для детей подготовительной группы.

Хайбульдинова М.Н., воспитатель

г. Калач-на-Дону 2019г.

**Цель:** воспитание у дошкольников бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.   
**Задачи.**   
**Образовательные:** закрепить 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:** развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь, развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность.  
**Воспитательные:** воспитывать у детей навыки и потребность в ЗОЖ; воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

**Методы:**

-наглядный

- словесный

**Приемы:** - игры, - опросы к детям, - художественное слово. **Материалы и оборудование:** картинки "Витаминные домики", бумажные салфетки, картинки с изображением правил личной гигиены, физкультурные атрибуты, буквы - "Спорт", магнитофон, флешка с записью "Солнышко лучистое". **Структура НОД:** 1.Вводная часть 5 мин. 1) мотивационный этап 2) подготовительный этап 2.Основная часть 20 мин. 1) Беседа, игра

2) Физкультминутка

3.Заключительная часть (итог) 5 мин.

1) анализ занятия

**Ход НОД**

**1.Вводная часть**  **1) мотивационный этап**

**Воспитатель:** здравствуйте, ребята, посмотрите, сколько гостей собралось в нашей группе, давайте поздороваемся с ними. Дети, я приглашаю вас в круг радости. Давайте поприветствуем друг друга! Повторяйте за мной:  
Здравствуй, Мир! (дети поднимают руки вверх)  
Здравствуй, Свет! (руки - в стороны)  
Здравствуй, добрый Человек! (дети протягивают руки вперед)  
Да, ребята, человек при встрече с другими людьми говорит замечательное слово - «Здравствуйте!». Так он желает здоровья и мира своим родным, знакомым и незнакомым людям, матушке-природе.  
Мы с вами не просто поздоровались, а пожелали друг другу здоровья.

**2) подготовительный этап**

**Воспитатель:** - Дети, я сегодня получила письмо, подойдите поближе и давайте его прочитаем (на конверте фотография кота Матроскина). Вы узнали его?

**Дети:** да

**Воспитатель.**Кот Матроскин пишет: «В Простоквашино заболел Дядя Федор. У него болит горло и голова и поднялась температура. Пожалуйста, помогите нам! Мы с Шариком не знаем, что делать».  
**Воспитатель:**- «Ребята, поможем Матроскину и Шарику? Расскажите нашим друзьям, что нужно делать, если кто-то заболел?  
**Дети:** *(Ответы детей.)*  
**Воспитатель:** - Правильно, если кто-то заболел нужно остаться дома и вызвать врача из поликлиники. А если совсем плохо, очень высокая температура, то позвонить в скорую помощь по телефону «03». А как вы думаете, что нужно делать, чтобы не болеть? *(Ответы детей.)*  
**2. Основная часть мин. 1) Беседа, игра. Воспитатель:** - «Да, дети, необходимо заботиться о своем здоровье. А, что такое здоровье? Здоровье – это когда доброе утро, удачный день, веселое настроение, когда мы не болеем. Оно необходимо всем живым существам: взрослым, детям, животным и птицам. Нужно уметь и хотеть заботиться о своем здоровье. Ведь его так легко потерять.  
Я предлагаю вам отправиться в путешествие, в страну Здоровья, где мы сможем рассказать нашим друзьям, что нужно делать, чтобы не потерять здоровье. Для этого нам надо встать в круг, взяться за руки, закрыть глаза и произнести волшебные слова «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!».  
**Воспитатель:** - Открываем глаза, дети, да мы с вами попали в город «Витаминный». Посмотрите, какие стоят дома. Вы знаете, здесь живут витамины.

- Ребята, а для чего нужны витамины?

**Дети:** (*Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье).*  
**Воспитатель:** Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.   
Витамин А, очень важен для зрения(картинка глаза). Рассмотрите картинки и расскажите, в каких продуктах содержится витамин А.

**Дети:** *(Ответы детей).*

**Воспитатель.** Правильно - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Витамин А, очень важен для зрения (картинка глаза)  
Витамин В помогает сердцу хорошо работать, дает энергию нашему организму(картинка сердце). Рассмотрите картинки и назовите продукты, в которых есть витамин В.

**Дети:** *(Ответы детей).*  
**Воспитатель:**Правильно - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох.   
Витамин С укрепляет весь организм, защищает от простуды. Если все – таки простудился, то с его помощью можно быстрее выздровить. Рассмотрите картинки. Назовите продукты в которых есть витамин С.

**Дети:** *(Ответы детей).*  
**Воспитатель:** Верно цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина.   
**Воспитатель:** Витамин Д укрепляет наши косточки(картинка скелет). Назовите продукты в которых есть витамин Д.

**Дети:** *(Ответы детей).*  
**Воспитатель:** Совершенно верно, солнце, рыбий жир, молоко, сыр, творог, яйца, рыба.  
**Воспитатель:** Теперь вы поняли, насколько полезны эти продукты. Тогда проверим ваши знания. Предлагаю вам поиграть в ***игру «Совершенно верно!»*** Я зачитываю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!» А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.  
1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,  
И тогда ты точно будешь очень строен и высок.  
2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить  
Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.  
3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:  
Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.  
4. Нет полезнее продуктов — вкусных овощей и фруктов.  
И Сереже и Ирине всем полезны витамины.  
5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.  
Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти.  
6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,  
Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.  
**Воспитатель**: - Молодцы ребята, вы замечательно справились с заданием, а теперь нам пора продолжать наше путешествие. Нас ждет следующая улица, но добраться до нее мы сможем, перейдя по мосту.

**Воспитатель:** - Мы с вами попали в город «Физкультурный»

**Воспитатель: -** Ребята, посмотрите, на столе разбросаны буквы, давайте соберем их и посмотрим, что за слово здесь ?

**Дети:** **- (Спорт)**

**Воспитатель:** Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не заменит физические упражнения. Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения?  
**Дети:** -Укрепляют мышцы, закаливают организм, дарят нам бодрое, хорошее настроение, прогоняют усталость.  
**Воспитатель:** А какие физические упражнения делаете вы?

**Дети:** *(Ответы детей)*  
**Воспитатель:** - Правильно утренняя гимнастика, подвижные игры, посещаете занятия каратэ, спортивную секцию, танцевальный кружок. И мы с вами сейчас немного разомнемся.

**2) Физ.минутка «Солнышко лучистое»**

**Цель:** снять эмоциональное напряжение

**Воспитатель:**  - Нам пора продолжать наше путешествие. Но, чтобы попасть в следующий город, который называется – город Чистоты, нам надо проползти через туннель.  **Воспитатель.** Ну, вот мы и в городе Чистоты. Для того чтобы быть здоровым нужно не только правильно питаться и заниматься спортом. Еще надо соблюдать правила личной гигиены.  
**Воспитатель:**- Какие правила гигиены вы соблюдаете? Для чего это нужно делать?» **Дети:**  *(Ответы детей.)*  
**Воспитатель:** - Одно из самых важных правил соблюдения личной гигиены, особенно когда кто-то болен правильно, использовать носовой платок. А вы знаете, как платок защищает наш организм от микробов? Давайте сделаем опыт».  
*Опыт с носовым платком.*  
Дети берут со стола по салфетке и кладут ее на ладонь. Брызгаю на салфетку водой, салфетка впитала воду, и рука осталась сухая.  
Дети убирают салфетку с руки и снова брызгаю. Рука намокла. Капли воды - это микробы, а салфетка – носовой платок. Вот так носовой платок защищает от микробов, впитывая их в себя. **3.Заключительная часть 1) анализ занятия**  **Воспитатель:** ребята, так что же нужно делать, чтобы сохранить здоровье? **Дети:** - для того чтобы сохранить и укрепить свое здоровье необходимо соблюдать правила личной гигиены: когда кашляешь или чихаешь - закрывай нос и рот платком, мыть руки с мылом, кушать чистые и свежие продукты, не забывай чистить зубы и умываться, делать по утрам зарядку.  
**Воспитатель:** Молодцы, но нам пора возвращаться. Мы узнали много интересного и полезного. Но мы побывали не на всех улицах, поэтому мы будем еще путешествовать по этой замечательной стране. Я думаю, что кот Матроскин понял, что надо делать, чтобы не болеть, и больше им не придется ходить в аптеку за таблетками.   
Закрываем глаза, взялись за руки, и говорим слова: «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!».  
Ну, вот мы и вернулись, вам понравилось наше путешествие? Что вам запомнилось?

