Конспект занятия по социализации
«Где прячется здоровье?»

(подготовительная группа)

**Цель:**

Формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни.

**Задачи:**

1. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью, интерес к здоровому образу жизни.

2. Развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

3. Обогащать и углублять представление детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье.

4. Создать радостное настроение.

**Оборудование:** игра «Здоровые уши, зубы…», муляжи овощей, фруктов и «неполезных» продуктов (колбаса, чипсы, газ. вода, конфеты и т.д.), 2 корзины, для фруктового шашлычка: набор шпажек, салфетки, одноразовые тарелки, нарезанные фрукты.

**Ход занятия:**

Воспитатель:

Здравствуйте, дети! Давайте поздороваемся с нашими гостями.

Когда люди здороваются, они желают друг другу здоровья. И мы сегодня собрались с вами для того, чтобы поговорить о здоровье. Здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Что же такое здоровье? (Ответы детей).

Так как это самое дорогое и ценное, то его нужно беречь, заботиться о нем с ранних лет. Каждый человек может сам укрепить своё здоровье. Говорят: «я здоровье берегу, сам себе я помогу». Как мы можем себе помочь сберечь своё здоровье? (Ответы детей.)

*Раздается стук в дверь. Появляется Баба-Яга.*

Баба-Яга: Здравствуйте, ребятки! В гости к вам можно? Вот шла мимо, дай, думаю, зайду. Хорошо у вас тут, красиво. Может быть вы сможете мне помочь? Скоро праздник – Новый год, а у меня беда случилась. Заболела я, ни есть, ни пить не могу. Ничего меня не радует. А я хоть и стара, а что делать не знаю. А вы все такие здоровенькие, щечки румяненькие, наверное секрет какой-то знаете?

Воспитатель: Да, ребята, очень грустную историю рассказала Баба-Яга. Как вы считаете, сможем помочь? (Ответы детей.)

Воспитатель: Давайте Баба-Яге напомним еще раз поговорку: я здоровье берегу, сам себе я помогу.

Баба-Яга: Вот глаза мои стали часто уставать, плохо вижу. Что делать, подскажите?

Воспитатель: Ты, Баба-Яга, наверное, в избушке читаешь в темноте, морковку не ешь?

Баба-Яга: Нет, конечно! Морковки и не знаю… А сказки читать люблю!

Воспитатель: Давайте, ребята, скажем, что нужно делать, чтобы глаза наши не болели, хорошо видели. Как нужно правильно читать книги? (Ответы детей). Правильно, во время чтения нужно глазкам давать отдохнуть.

Например, с помощью гимнастики для глаз. Сейчас мы тебе, Баба-Яга, покажем с ребятами её.

Гимнастика для глаз «Лиса»:

Ходит рыжая лиса,                  *Крепко зажмурить и*

Щурит хитрые глаза,                *открыть глаза.*

Смотрит хитрая лисица,           *вытянуть вперед правую руку,*

Ищет, где бы поживиться.        *на которой все пальцы, кроме указательного,*

*сжаты в кулак. Вести рукой вправо-влево и*

*следить за движением указательного пальца*

*глазами, не поворачивая головы.*

Пошла лиска на базар,            *поднять руку и опустить, прослеживая*

Посмотрела на товар.              *взглядом.*

Себе купила сайку,                  *описать рукой круг по часовой стрелке и*

Лисятам – балалайку.              *против неё.*

Баба-Яга: Спасибо, обязательно буду делать такую гимнастику. А вот еще у меня уши да зубы частенько болят. Что с ними-то делать, подскажете, научите?

Воспитатель: Бедная Баба-Яга, мы тебе сейчас расскажем. Есть у нас игра волшебная, которая учит как правильно ухаживать, заботиться о них.

*На столах карточки игры «Здоровые уши, зубы…». Дети разбиваются на пары, заполняют карточки, объясняют свой выбор.*

Баба-Яга: Какие вы умненькие, буду, буду я всё выполнять, обещаю!

Воспитатель: А еще, Баба-Яга, каждый день полезно делать зарядку или небольшую разминку. Это тоже укрепляет здоровье. Давайте встанем на свободные кружки и покажем нашу разминку.

*Под музыку проводится разминка.*

Шаг на месте, два вперед,

А потом наоборот.

Руки вверх подняли выше,

Опустили – носом дышим.

Руки в боки, ноги врозь,

Так давно уж повелось.

Три наклона сделай вниз,

На четвертый поднимись!

Раз – направо, два – налево,

Укрепляем наше тело.

Приседанья каждый день

Прогоняют сон и лень.

Приседай пониже – вырастешь повыше!

В заключении разминки

Мы попрыгаем сейчас.

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем весело скакать!

Баба-Яга: Ну, молодцы! Ой, устала, утомилась, сейчас бы отдохнуть немножко.

Воспитатель: Сядь, Баба-Яга, отдохни. А вы, ребята, устали? (Ответы детей)

Тогда я предлагаю вам поиграть.

Игра «Полезно – неполезно».

*Дети отбирают полезные и вредные продукты в разные корзинки.*

Воспитатель: В полезных продуктах содержится много витаминов, которые укрепляют наше здоровье. А эти (показывает другую корзину) только вредят нашему организму.

Баба-Яга: Спасибо, ребятки! Как много полезного я сегодня узнала от вас!

Пойду, расскажу всем в лесу, как важно беречь свое здоровье.

Воспитатель: Подожди, Баба-Яга, сейчас мы с ребятами приготовим фруктовый шашлычок. Ты попробуешь, да еще и возьмешь в дорогу.

В нем тоже очень много полезных витаминов.

Пойдемте, ребята, помоем руки и начнем готовить.

*Дети в фартуках подходят к столам, на которых нарезанные фрукты и шпажки.*

Воспитатель: Нанизываем на шпажки наши любимые фрукты. Назовите их.

(Ответы детей.)

*Баба-Яга и воспитатель помогают и хвалят детей.*

Воспитатель: Посмотрите какие красивые фруктовые шашлычки получились у нас.

Баба-Яга: Спасибо, деточки, за угощение. Вкусно-то как! Ну, мне пора.

Воспитатель: Подожди, Баба-Яга. Ты все советы наши запомнила?

Баба-Яга: Конечно запомнила!

*Баба-Яга вместе с детьми вспоминают правила здорового образа жизни.*

До свидания! В следующий раз и я приду к вам с подарками.