

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовска детский сад №17 «Ладушки»**

**Конспект занятия
в старшей группе
«Лестница здоровья»**

Подготовил воспитатель:
Чертова М.Б.

Цель: сформировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.

Задачи:

Обучающая - расширять представления детей о здоровом образе жизни закрепить знания витаминов, видов спорта, учить рассуждать и делать выводы.

Развивающая - развивать речь детей, совершенствовать умения отвечать полными ответами.

Воспитывающая – воспитывать желание заботиться о своем здоровье, уметь приходить на помощь друзьям.

Коррекционная задача: Развивать логическое мышление, слуховое и зрительное восприятие детей, память, логическое мышление.

Предварительная работа:

Беседа о витаминах: А, Б, С.

Беседа о полезных и вредных продуктах питания.

Рассматривание изображений продуктов: полезных, вредных.

Беседа о предметах гигиены, их пользе.

Ход занятия

Входят дети. Стоят полукругом.

- Здравствуйте ребята! Сегодня к нам в гости пришел герой одной книги а кто он вы узнаете отгадав загадку

Шляпа голубая,

Жёлтые штанишки,

В городе Цветочном -

Главный хвастунишка.

Правильно ребята.

Незнайка пришел к нам в гости и у него как всегда много вопросов. Давайте поможем ему на них ответить.

Незнайка: Ребята помогите мне ответить на вопрос что такое здоровье?

Воспитатель: Ребята ответьте Незнайке, что такое здоровье?

Дети: Здоровье – это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается.

Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным.

- Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Дети: Закалятся, заниматься спортом, кушать витамины.

Незнайка: Ребята. а вот у малышей в цветочном городе есть лестница здоровья но я по ней не как не мог забраться на самый верх может вы мне подскажите как это сделать.

Воспитатель: Ребята давайте поможем незнайке, а я вам предлагаю пригласить еще одного героя к нам в группу чтобы он тоже помог Незнайке.

А кто это вы угадайте.

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор (Айболит)

Айболит: А вот и я ,вы меня звали?

Воспитатель: Да звали. Нам нужна ваша помощь.

Незнайка нам рассказал ,что есть такая лестница здоровья в цветочном городе и он не как не может на неё подняться. Айболит помоги нам вместе с детьми и незнайкой это сделать.

Айболит: С большим удовольствием. Посмотрите вот она.(на доске педагог прикрепляет плоскостную лестницу) Чтобы подняться на самую верхнюю ступеньку нужно выполнять все задания и отгадывать загадки. Вы согласны?

Дети: Да.

Айболит: Слушайте первое задание. Отгадайте загадки:

Гладко и душисто,
Моет очень чисто,
Нужно, чтоб у каждого было.
Что это? (мыло)

Костяная спинка,
Жесткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит. Зубная щетка

В пещеру затекла,
По ручью выходит –
Со стен всё выводит. Зубная паста

Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою -
Что это такое? Полотенце

Целых 25 зубков,
Для кудрей и хохолков.
И под каждым, под зубком –
Лягут волосы рядком. Расческа

Там, где губка не осилит,
Не домоет, не помылит,
На себя я труд беру:
Пятки, локти с мылом тру,
И колени оттираю,
Ничего не забываю. Мочалка

Лёг в карман и караулю –
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос. Носовой платок

Ребята что это за предмет, для чего нужен? (Такой вопрос к каждому предмету после угаданной загадки)

Айболит:: Правильно ребята вы ответили для чего нам нужны эти предметы. Тем самым мы смогли подняться на одну ступеньку лестницы здоровья. Молодцы ребята!

Незнайка: Ой! Ой что то мне плохо, живот заболел.

Воспитатель:: А что ты кушал?

Незнайка:: Мороженное, торт, газ воду пил, конфеты. Вообще самые полезные продукты!

Воспитатель:: Ребята скажите, а разве это полезные продукты?

А что должно быть в продуктах, чтобы они назывались полезными?

Дети :Витамины! Правильно!

И как раз здесь у нас есть такие замечательные Витаминки! Они нас навестили. Подходим к мальберту . Там закреплены три витаминки.

Воспитатель : Вы знаете какие витамины есть?

Дети: Да «А», «В», «С»!

Правильно вы сказали, а вы знаете в каких продуктах содержатся эти витамины.
(Дети перечисляют продукты содержащие витамины)

Айболит: Ребята, вы запомнили в каких продуктах есть витамины?

Дети: Да!

Воспитатель ;Тогда мы можете теперь проверить какие наши ребята молодцы.

На столе лежат карточки с картинками продуктов , дети раскладывают полезные продукты в красный обруч , а в синий откладывают продукты, в которых нет витаминов. После игры:

Айболит и Незнайка смотря вместе с ребятами правильно ли дети выполнили задание нашли полезные продукты, в которых много витаминов.

Воспитатель: Какие же ребята молодцы, они столько знают про здоровье! Ты Незнайка все запомнил?

Айболит: Правильно ребята вы ответили .

Тем самым мы смогли подняться еще на одну ступеньку лестницы здоровья.

Незнайка: Ой, что то я с вами утомился.

Воспитатель: А чтобы тебе Незнайка было легко и весело с нами шагать по лестнице здоровья мы предлагаем тебе с ребятами разучить вот такое стихотворение «Мы по лестнице идем»(пальчиковая гимнастика)

Ты отдохнул Незнайка? Пора двигаться дальше.

Айболит: Ребята давайте подумаем и скажем, что еще надо делать, чтобы быть здоровым.

Дети: делать зарядку, заниматься спортом.

Незнайка: А какие бывают виды спорта и что это такое.

Просмотр презентации о видах спорта

Воспитатель:

По утрам зарядку делай

Будешь сильным,

Будешь смелым.

Чтобы нам не болеть

И не простужаться

Мы зарядкой с тобой

Будем заниматься.

Ребята давайте с вами сделаем маленькую зарядку для глаз.

Айболит: Правильно ребята вы ответили и на эти вопросы и зарядка мне понравилась. Можно нам и ещё на одну лестницу выше подняться.

Мы с вами почти у заветной цели. А самая верхняя лесенка в лестнице здоровья это сюрпризная лесенка она придаст вам здоровья.

У меня есть два волшебных домика в которых живу мои помощники они защищают наш организм и придают нам силу. Сейчас мы угадаем кто они но прежде вы должны глубоко вдохнуть воздух из этого домика носом и выдохнуть ртом подув на мячик и продвинув его вперед. Вот молодцы . Вы узнали кто живет в этих домиках?

Правильно(лук, чеснок.)

А как они защищают наш организм?

Правильно(своим запахом убивают микробы.)

За выполнение этого задания мы поднимаемся на самую верхнюю ступеньку этой лестницы и получаем витаминки в подарок.

Воспитатель: Ну что Незнайка ты понял теперь что такое здоровье и что нужно делать чтобы быть здоровым.

Незнайка: Да я теперь все знаю и приглашаю Айболита пойти к нам в гости и

рассказать всем малышам что я тоже могу быть здоровым. (Незнайка и Айболит уходят)

Воспитатель: Замечательно ребята мы тоже с вами вспомнили о том, что такое здоровье и будем выполнять все правила здорового образа жизни.

Конспект занятия

По ЗОЖ

Тема» *«Лестница здоровья»*

В старшей «Б» группе

Воспитатель -Чертова М.Б.

