**Конспект непосредственной образовательной деятельности по познавательному развитию в старшей группе**

**МБДОУ «ДС №90 «Цветик-семицветик»(г.Норильск)**

**Тема: «Путешествие в страну Здоровья».**

**Подготовила:**

**Воспитатель**

**Отараева Д.Ф.**

Цель: формировать у детей представления о здоровом образе жизни.

Задачи:

-Образовательные задачи: Закрепить знаний детей, о том, как нужно заботиться и укреплять здоровье; дать представление о микробах.

Познакомить детей с понятием «полезная и вредная пища», закрепить знания о пользе витаминов.

-Развивающие задачи: развивать интерес к здоровому образу жизни, к значению спорта для здоровья человека.

Воспитательные задачи: воспитывать доброе отношение к окружающим.

Обогащение словаря: микроскоп, лупа, микроб.

Демонстрационный материал: микроскоп, лупы, «Домики для витаминов», автобус из картона, руль, иллюстрации спортсменов: фотографии детей с различными эмоциями; фотографии с изображениями микробов в увеличенном виде, надувное сердечко. Изображения «здоровячков», сделанные в виде пазла.

Раздаточный материал: Муляжи продуктов: морковка, молоко, капуста, редиска, чеснок, лимон, апельсин, рыба, творог, помидор, хлеб, яблоко, конфеты, чипсы, пирожное.

Методические приёмы: игровая ситуация, беседа-диалог, эксперимент, рассматривание иллюстраций и беседа по ним, физминутка, игра, подведение итога.

Ход:

Воспитатель здоровается и задает вопрос:

-А вы когда-нибудь вдумывались в смысл слова «Здравствуйте?»

(Здравствуйте – это значит, что мы желаем быть здоровыми).

-Что же такое здоровье?

Воспитатель:

- Быть здоровым очень важно. Только здоровый человек по-настоящему может познать радость жизни. Вот как говорится в пословице «Здоровье дороже богатства». Быть здоровыми хотят взрослые и дети.

-Как здоровье сохранить, кто может мне ответить?

Чтобы узнать ответ на этот вопрос предлагаю отправиться в страну «Здоровья» в гости к здоровячкам.

***По считалочке выбирается шофёр для автобуса. И все дети занимают свои места в «автобусе» и «отправляются в путь».***

1 станция «Чистота- залог здоровья». На столах лежат лупы, микроскоп, кусочек грязного яблока, огурца.

***Детей встречает Здоровячок (воспитатель в костюме здоровячка).***

Здоровячок: Здравствуйте ребята? Я Здоровячок! А вы кто? Откуда? Зачем к нам пожаловали?

Воспитатель: Здравствуй Здоровячок! Мы ребята из группы «Зайчик» детского сада «Полянка». Приехали в вашу страну, чтобы узнать, что нужно для того, чтобы быть здоровым. Ты нам поможешь?

Здоровячок: Конечно помогу, ребята. От игры или работы руки становятся грязными. И ничего тут нет страшного. На то они и руки. Страшно, когда дети привыкают к грязным рукам и не моют их вовсе. Зачем нужно мыть руки?

*Ответы детей.*

Здоровячок : Что может произойти, если перед едой не мыть руки?

*Ответы детей.*

Здоровячок: Учёные изобрели замечательный прибор. Называется он микроскоп. В микроскопе есть удивительное стекло, при помощи которого можно увидеть, то, что мы никогда не видим. Направишь такое стекло на грязные руки, о ужас. Что это? Самые незаметные существа, о которых вы даже не подозревали, собрались на грязных ладонях.

Под микроскопом рассмотреть руки. Микробы бывают разные

Ужасные, опасные

Страшные и грязные

Корявые, упрямые

Противные, заразные

Какие безобразные

Ну что вам понятно?

Ну что вам приятно?

Показать иллюстрации, на которых изображены микробы

Под лупой рассмотреть кусочки грязного яблока.

Здоровячок: Если микроб пробрался в организм, он поселяется в человеке и раскрывает свой чемоданчик с ядом. Теперь твой организм заражён. И тут организм начинает реагировать. Кружится или болит голова, поднимается температура. Если с вами всё это происходит, значит это проделки коварных микробов. Что же нам делать, чтобы противные микробы не попали к нам в организм?

***«Здесь поможет нам всегда только чистая… вода»***

***Массаж лица «Умывалочка».***

Надо, надо нам помыться

(хлопают в ладоши)

Где тут чистая водица

(показывают руки то вверх ладонями, то тыльной стороной)

Кран откроем ш-ш-ш(делают вращающиеся движения кистями)

Руки моем ш-ш-ш (растирают ладони друг о друга)

Щечки, щейку мы потрем (энергично поглаживают щёки и шею)

И водичкой обольем (мягко поглаживают ладонями лицо ото лба к подбородку).

Воспитатель: как часто надо мыть руки? Можно ли есть немытые овощи и фрукты?

Здоровячок:«Чистюля оставил нам подарок». Пазлы с изображением микроба.

«От простой воды и мыла у микробов тают силы» Теперь нам микробы не страшны.

Воспитатель: Спасибо Здоровячок. А теперь нам надо ехать на станцию витаминную. Поехали с нами.

Здоровячок: С удовольствием.

2 станция «Витаминная»

На столе 4 вазочки возле которых буквы разного цвета А.В.С.D. на столе муляжи: морковь, молоко, капуста, редиска, чеснок, апельсин, рыба, творог, конфеты, чипсы, пирожное, помидор, хлеб, яблоко.

Воспитатель: Ребята, вы что-нибудь слышали о витаминах? Какие названия витаминов вы знаете? Где живут витамины?

*Ответы детей.*

Здоровячок: Витамины живут в продуктах питания, поэтому так важно правильно питаться, не отказываться от полезной пищи. Витаминов там не видно, но они там есть и нужны человеку.

Здоровячок даёт второе задание: «расселить» продукты в домики витаминов.

Дети расселяют продукты в вазочки.

Воспитатель: Почему конфеты, пирожные, чипсы никуда не поселили?

Ответы детей.

Здоровячок: Продукты бывают вкусные и полезные. Витамины делают продукты полезными. От полезных продуктов у человека прибавляется здоровье.

-Для чего необходим витамин А? (Это витамин роста и зрения).

-В? (Витамин В нужен, чтобы мы росли сильными. Когда человек не получает витамин В, он много плачет и плохо спит).

- С? (Витамин С укрепляет организм, делает человека более здоровым, помогает при простудах.)

-D? (Витамин D делает наши ноги и руки крепкими).

Здоровячок: «Витаминка» оставил нам подарок. Пазлы с изображением натюрморта фруктов и овощей. «Никогда не унываю, и улыбка на лице потому что принимаю витамины А, В, С, D».

Воспитатель: Спасибо тебе большое, Здоровячок! Мы теперь всё знаем о витаминах.

Здоровячок: Будьте здоровы! А сейчас нас ждёт третья станция Спортивная. Едем?

Дети: Да!

Воспитатель: тогда занимаем места в автобусе.

3 станция «Спортивная»

На стене картинки спортсменов.

Здоровячок: Кто такие спортсмены?

-Какие виды спорта вы знаете?

-«Кто спортом занимается с болезнями не знается»

***Физминутка (под музыку)***

Я согнусь, разогнусь (наклоны вперёд, руками касаясь, пола)

В мячик поиграю (прыжки на месте)

Попляшу (прыжки с выбрасыванием ног вперёд)

Покручусь (прыжки вокруг себя)

И здоровья наберусь! (сгибают руки к плечам)

Здоровячок: «Чемпион» оставил нам подарок. Пазлы с изображением различных видов спорта. « Ты любишь прыгать, бегать и играть тугим мячом! Ты вырастешь здоровым! Ты будешь силачом!»

Воспитатель: Ребята, нам нужно ехать дальше. Нас ждёт станция Настроение.

Здоровячок: садимся в автобус и отправляемся в путь!

4 станция «Настроение»

На стене фотографии детей с разными эмоциями.

Здоровячок: Мы с вами идём вперед по пути здоровья, чтобы вы ребята, навсегда стали жителями страны Здоровяков. Вот и ёще одна станция.

-Что же это за станция?

-Какие лица детей вам больше всего нравятся?

Здоровячок: Человек может радоваться и огорчаться, веселиться, плакать. От того, какое настроение у человека зависит его здоровье. Как?

*Ответы детей.*

Здоровячок: Улыбка – это залог хорошего настроения. Так мы дарим себе и друг другу здоровье и радость.

- Что ёще помогает сохранить хорошее настроение? (добрые слова)

***Игра «Комплименты»***

Дети встают вкруг, передавая надувное сердечко, говорят какое-нибудь ласковое слово своему соседу.

Воспитатель: Каждый человек может разозлиться, когда его обижают, делают ему больно, и в этом случае ему обязательно нужно помочь.

Здоровячок: «Улыбка» оставил нам подарок «Грубых слов не говори, только добрые дари». Пазлы с изображением улыбающегося смайлика.

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие по стране Здоровья. Давайте рассмотрим подарки, которые нам подарили.

Дети выкладывают пазлы.

Воспитатель делит детей на четыре подгруппы. Даёт каждой подгруппе по одному комплекту пазл и дети собирают. Здоровячок с воспитателем помогают детям.

-Что нужно делать, чтобы быть здоровыми и красивыми?

Воспитатель: Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о нас лучше, чем мы сами.

Здоровячок:

Здравствуйте! Ты скажешь человеку.

Здравствуй! Улыбнется он в ответ.

Эти слова всем известны давно.

Видишь, они и просты и не новы!

Но я повторю всё равно

Добрые люди, Будьте Здоровы!