

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 3 г.о. Чапаевск Самарской области
структурное подразделение «Детский сад № 19 «Колокольчик»

**План – конспект
непосредственно образовательной деятельности
с дошкольниками старшей группы
Тема: «Всё сумею, всё смогу, сам себе я помогу»**

*(День открытых дверей в рамках сетевого взаимодействия региональных
пилотных площадок по внедрению ФГОС ДО,
тема: «Становление ценностей здорового образа жизни у дошкольников»)*

Воспитатель:
Петухова Е.П.

15.05.2018 г.

Задачи: - формировать предпосылки здоровьесберегающего поведения;

- воспитывать ценностное отношение к своему здоровью;
- расширять круг знаний и представлений о средствах и способах укрепления здоровья;
- развивать умение анализировать предлагаемую ситуацию и находить выход, безопасный для здоровья;
- способствовать формированию самостоятельности и созданию позитивного эмоционального настроения.

Методы и приемы: практические – дидактические игры и упражнения; опыт; физкультминутка;

наглядные – показ, демонстрация, рассматривание;

словесные – беседа, объяснение, уточнение, ситуативные разговоры, загадывание загадок.

Материалы и оборудование: предметные и сюжетные картинки по здоровому образу жизни; карточки с продуктами питания, домики витаминов А, В, С, Д; предметами одежды; объекты культурно-гигиенического назначения, одноразовые термометры, картинки с изображением березы, сосны, малины, шиповника, липы; мяч.

Ход занятия:

«Доброе утро!» Скажешь кому-то,
И будет ему очень доброе утро,
И день будет добрый, и добрые встречи,
И добрый, конечно, опустится вечер.
Как важно и нужно, чтоб сразу с утра
Тебе пожелали добра!

- Ребята, скажите, пожалуйста, почему для нас важны пожелания доброго утра, дня, пожелания здоровья, которые заключаются в слове, здравствуйте?

- Мы с вами уже говорили о том, что хорошее настроение залог хорошего дня и доброго здоровья. А как можно определить, здоров ты или нет?

(Если ничего не болит, если есть силы, если хочется улыбаться, играть, бегать)

- Вы все правильно сказали. А еще можно проверить с помощью термометра. Этот прибор помогает убедиться, что температура нашего тела нормальная, что показывает, что в нашем организме не происходит никаких воспалительных процессов. Давайте проверим свою температуру. Возьмите термометры.

(Проверяют температуру с помощью одноразовых градусников)

- Ребята, а как вы заботитесь о своем здоровье? Что вы для этого делаете?

(Называют основные правила здорового образа жизни)

1.Игровое упражнение «Доскажи фразу»

-Народная мудрость содержит правила здорового образа жизни, давайте мы с вами их повторим. Я буду произносить начало фразы и бросать мяч, тот кто поймает мяч досказывает вторую половину фразы.

- Здоровье в порядке, спасибо ...зарядке.

- В здоровом теле, здоровый ... дух.

- Солнце, воздух и вода – наши ...верные друзья.

- Кто любит спорт, тот ...здоров и бодр.

- Сон – лучшее ...лекарство.
- Болен лечись, а здоров ...берегись.
- Пешком ходить – долго ...жить.
- Не годится, на еду ...сердиться.
- Береги платье снову, а здоровье ...смолоду.
- Держи ноги в тепле, а ...голову в холоде.
- Молодцы, хорошо помните народную мудрость о здоровье. Мне хочется вспомнить одно высказывание. Как вы понимаете, что значит: «Не годится, на еду сердиться». Что это значит?
- Все вы верно говорите. Чтобы еда приносила пользу, нужно знать, как правильно питаться, какую пищу выбирать на завтрак, какую на обед и ужин. Нашему организму нужны витамины. Перед вами домики витаминов. Поселите продукты в нужные домики.

2. Игровое упражнение «Где живут витамины?»

(Дети должны заселить домики витаминов А.В.С.Д., разместив в них карточки с изображением продуктов питания)

А – витамин роста, витамин для глаз (молоко, морковь, зеленый лук, помидор, красное яблоко, абрикос, тыква)

В – витамин для укрепления сердца (овощи, включая фасоль, крупы: гречка, овсянка, пшеница; хлеб)

С – укрепляющий организм (все овощи и фрукты)

Д – укрепляет кости, зубы (солнце, молоко, рыба, рыбий жир, яйцо, творог)

- Еще одну мудрую фразу мне хотелось бы вспомнить: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». В ней скрываются еще два правила здорового образа жизни. Какие, назовите.

- Конечно, слагаемыми Здоровья является Чистота и Свежий воздух.

- Давайте вспомним объекты, помогающие поддерживать Чистоту.

3. Игровое упражнение «Купи объект»

- Предлагаю отправиться в магазин за объектами, необходимыми для поддержания чистоты. Я буду продавцом, а вы – покупателями. Чтобы получить объект его нельзя называть, а нужно описать так, чтобы продавец догадался, о чем идет речь.

(Дети покупают объекты – картинки: мыло, шампунь, полотенце, мочалка, шампунь, расческа, влажные салфетки, зубная паста, зубная щетка и т.д.)

- *Я хочу купить объект, который нужен два раза в день. Пользоваться им может вся семья. Он бывает разного вкуса и разного аромата. (Зубная паста)*

- Молодцы. Приглашаю вас немножко отдохнуть.

4. Пальчиковая игра «Вот помощники мои»

Вот помощники мои, их, как хочешь, поверни: *(Смотрим на раскрытые ладони.)*

И вот эдак, и вот так, не обидятся никак. *(Потираем руки.)*

Раз, два, три, четыре, пять. *(Хлопаем в ладоши.)*

Не сидится им опять. *(Встряхиваем кистями.)*

Постучали. *(Стучат по столу.)*

Повертели *(Круговые вращения кистью.)*

И работать захотели. *(Потирают руки.)*

Поработают немножко, *(Хлопают в ладоши.)*

Мы дадим им отдохнуть. *(Сложили ладони вместе.)*

И опять обратно в путь. *(Хлопают в ладоши.)*

5. Игровое упражнение «Зеленая аптека»

- Мы с вами не раз говорили о целебных силах природы, о том, что она помогает укрепить свое здоровье. Приглашаю вас на экскурсию в «Зеленую аптеку». Я буду рассказывать про растение, а вы должны его назвать и показать.

(Дети отгадывают загадки, называют растение, опираясь на изображение)

- Это медонос. Любимое дерево пчел и медведя. Мед из него самый вкусный.

(Липа)

- У этого дерева необычные листья. В таком лесу легко дышать и очень полезно. Ванны из него успокоят. Из этого дерева делают ароматическое масло.

(Сосна)

- Плоды этого кустарника очень вкусны и полезны. Они содержат много витамина С. Из них заваривают чай, из них делают сироп.

(Шиповник)

- Листья этого дерева убивают болезнетворных микробов. Даже веники для бани из таких веток самые лучшие.

(Береза)

- Плоды этого кустарника и лакомство, и средство от простуды. Чай из этих плодов, ягодный морс снимают жар. Из них варят варенье.

(Малина)

- Вы отгадали все загадки из нашей «Зеленой аптеки». Есть еще одно замечательное растение, которое наравне с березой считается символом России. Это ромашка. Давайте ее соберем. На каждый лепесток будем высказывать доброе пожелание для всех, для друзей, для наших гостей.

6. Игровое упражнение «Ромашка добрых пожеланий»

(Дети собирают ромашку, добавляя по одному лепестку)