

Возрастная группа: старшая группа.

ТЕМА: «Мы здоровью скажем - ДА!».

ЦЕЛЬ: Формирование у детей навыка здорового образа жизни.

Развитие стремления к сохранению и укреплению своего здоровья.

ПРОГРАММНЫЕ ЗАДАЧИ:

1.ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

Формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.

Учить беречь свое здоровье и заботиться о нем.

Расширять знания о физической культуре, правильном питании и его значимости.

2.КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЕ: Продолжать прививать культурно-гигиенические навыки .

Продолжать учить рассуждать, делать выводы.

3.ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье, сочувствие к своим ближним.

Развивать мышление, воображение, память, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЁМЫ:

Ситуативный разговор, беседа, д/игры, д/упражнения, рассуждения, физминутка, игры малой подвижности.

ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ И РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ:

Плакаты, ноутбук, презентация «ЗОЖ», цветные карандаши, 1/2 альбомного листа по количеству детей с надписью «Мы здоровью скажем – ДА!», конверт с письмом от зубной Феи.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА:

Беседы о ЗОЖ, дидактические игры «Малыши-крепыши», «Группировка предметов», чтение детям художественной литературы К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», А. Барто «Девочка Чумахая», Е. Кан «Наша зарядка», Р. Корман «Микробы и мыло», стихи и загадки о здоровом образе жизни, просмотр мини фильмов о ЗОЖ.

Действия педагога	Действия детей
ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ	
<p>Сегодня к нам пришло письмо от зубной феи, давайте его прочтём.</p> <p>- Ребята, в нашей стране Чистоты всё перепуталось, и её жители боятся, что больше не смогут быть здоровыми и весёлыми. У всех лишний вес, болят зубы, все чихают и кашляют, и ещё, у нас повсюду микробы. Что делать? Помогите нам пожалуйста, вспомнить правила здорового образа жизни, и укрепления своего здоровья.</p> <p>- Ну что ребята, поможем жителя страны Чистоты?!</p> <p>- Пора отправляться в дорогу.</p>	<p>Дети смотрят слайды.</p> <p>- да, поможем.</p> <p>Игра малой подвижности «Повтори за мной». (идут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени, широким шагом, на носочках, выполняют прыжки с продвижением вперёд, обычная ходьба) .</p>

СООБЩЕНИЕ ТЕМЫ	
<p>- Вот мы и пришли. Первое задание, ответьте на вопрос что такое здоровье?</p> <p>–Правильно!</p> <p>- Если человек болен. Ему нездоровится, как он выглядит?</p> <p>- А чтобы не заболеть, нужно обязательно соблюдать правила личной гигиены. Чистота залог здоровья. Чего боятся микробы?</p>	<p>- Правильное питание, режим дня, спорт, соблюдения правил личной гигиены, профилактика заболеваний.</p> <p>- Он грустный, бледный, у него, нет сил, двигаться, не хочет кушать, плохо спит ...</p> <p>- Микробы боятся мыла и воды.</p>
ОСНАВНАЯ ЧАСТЬ	
<p>- Какие правила личной гигиены вы выполняете каждый день?</p> <p>- Молодцы, давайте поиграем в игру «Что с чем дружит ? »</p>	<p>Рассматривают плакат «Правила личной гигиены»</p> <p>- моем руки с мылом, чистим зубы, причёсываемся ... (дети показывают эти действия).</p> <p>- дети выбирают и называют пары.</p>
<p>- Ребята, а случается и такое, что люди часто болеют, а можно ли защититься от этого и что нужно делать, чтобы не болеть?</p> <p>- Вы всё правильно перечисли, а какие полезные продукты вы кушаете?</p> <p>- И обязательно нужно заниматься спортом и делать зарядку. Ребята, дружно не ленись на зарядку становись...</p>	<p>- делать зарядку, выполнять правила гигиены и правильно питаться.</p> <p>- дети называют овощи, фрукты ...</p> <p>- дети выполняют вместе с воспитателем весёлую гимнастику.</p>
<p>- Очень здорово позанимались. И запомните, очень важно не только делать зарядку, выполнять правила гигиены, и правильно питаться, но и соблюдать режим дня, и вовремя ложится спать.</p>	<p>- смотрят слайды</p>

<p>- Ребята, давайте встанем в круг и поиграем.</p> <p style="text-align: center;">«Выбери хорошо или плохо»</p> <p>1. Руки моем когда идём гулять? 2. Чихаем громко, и при насморке пользуемся рукавом рубахи?</p> <p>3. Пользоваться расчёской совсем не обязательно? 4. Во время обеда кушаем закрытым ртом, не издавая звуков?</p> <p>4. Чистим зубы перед едой? 5. За ногтями нужно следить и вовремя подстригать? 6. Вытираем руки, майками или шортами? 7. Чтобы быть здоровым и опрятным нужно соблюдать правила гигиены?</p>	<p><u>Игра малой подвижности</u></p> <p>- Дети, выполняют правила игры, хлопают в ладоши на правильное высказывание и приседают на неправильное.</p>
<p>- А какие вы еще знаете способы, чтобы сохранить и укрепить своё здоровье?</p> <p>- Правильно можно закаляться, с помощью контрастного душа, обливания, обтирания снегом и растирания до горяча.</p> <p>А теперь давайте вспомним этот способ (выполняется растирания).</p>	<p>- закаливание, обтирание, дыхательная гимнастика, массаж...</p> <p>- выполняется растирания ладошек до «горяча».</p>
<p>ОКОНЧАНИЕ ЗАНЯТИЯ. ИТОГ</p>	
<p>- Ребята, скажите пожалуйста, как вы думаете, помогли мы жителям страны Чистоты вспомнить правила здорового образа жизни ?</p> <p>- Давайте для них сейчас нарисуем рисунки – подсказки, как нужно беречь и укреплять своё здоровье, и что для этого нужно делать.</p> <p>- эти рисунки мы отправим зубной Феи в страну Чистоты.</p>	<p>- да, помогли...</p> <p>- дети рисуют памятки, опираясь на слайд-подсказку.</p>

