

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 212»**

**Конспект образовательной деятельности
в подготовительной группе № 8
«Путешествие по тропе здоровья»**

Подготовила
воспитатель группы № 8
Гондырева В.Ю.

**Краснодар
2021г.**

Конспект образовательной деятельности «Путешествие по тропе здоровья»

Цель: сформировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.

Задачи:

Обучающие: дать представление о здоровье как одной из главных ценностей в жизни человека.

Развивающие: развивать грамматический строй речи, обогатить и активизировать словарь детей, развивать звуковую и интонационную культуру речи, любознательность и познавательную мотивацию.

Воспитывающие: воспитывать у дошкольников бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Ход образовательной деятельности.

Воспитатель: ребята, посмотрите, сколько у нас гостей. Давайте мы с вами поздороваемся. Здравствуйте!

Ребята, а ведь мы не просто поздоровались, а пожелали гостям здоровья.

Воспитатель: ребята, нам пришло письмо от королевы Здоровья. Она просит нас помочь ей собрать цветы здоровья. Поможем королеве? (ответы детей).

Воспитатель: я приглашаю вас в необычное путешествие в страну «Здоровье». В ней живут люди, которые заботятся о своём здоровье и хотят быть всегда здоровыми и весёлыми.

За морями, за лесами,
Есть чудесная страна –
Страна Здоровья
Зовётся она.

Воспитатель: а чтобы узнать, на чём мы туда отправимся, вы должны отгадать загадку:

С тёплым воздухом шар,
А под ним корзина.
Под ногами земля
Словно на картине.
(Воздушный шар).

Воспитатель: правильно, ребята. Мы отправимся в путешествие на воздушном шаре. (Музыка)

Воспитатель: вот мы и прилетели в страну здоровья. Смотрите, перед нами преграда. Страна Здоровья на замке! Чтобы пройти, нужно отворить замок, но

он не простой, а волшебный. Чтобы он открылся, нам нужно сделать волшебную пальчиковую гимнастику. Начнём?

Пальчиковая гимнастика «Замок»

Начинаем колдовать,
Двери в сказку открывать,
Хоть замочек очень крепкий,
Металлический и цепкий.
Мы его сперва покрутим,
А потом три раза дунем.
Покачаем – раз, два, три
Дверь, замочек, отомкни.
Двери открываются,
Сказка начинается.



Воспитатель:

в стране Здоровья живут сказочные герои, которые будут помогать нам. Вот и первый домик. А кто в нём живёт, угадаете?

Всех грязнуль отчистит быстро,
Всех нерях умоет чисто
Умывальников начальник
И мочалок командир,
Знаменитый

(Мойдодыр).

Воспитатель: посмотрите, какой волшебный мешочек передал нам Мойдодыр. Он просит угадать, что в нём лежит. Я буду доставать предметы, а вы будете отгадывать.

1. Гладко и душисто, моет очень чисто. Что же это? (мыло) Как вкусно пахнет. (Душистое, белое) А зачем нужно мыло? (Нужно для того, чтобы умываться, мыть руки, лицо и т.д.)

2. После бани помогаю,
Промокаю, вытираю,
Пушистое, махровое,
Чистое, новое.

Что же это? (Полотенце) Какое оно? И для чего нужно полотенце? (ответы)

3. Целых двадцать пять зубков,
Для кудрей и хохолков,
И под каждым по зубком
Лягут волосы рядком.

(Расчёска)

Воспитатель: Какая она и для чего нам нужна?

4. Синяя спинка,
Жесткая щетинка,
С мягкой пастой дружит
Нам усердно служит (Зубная щётка).

Воспитатель:

Ребята, у нас есть предметы личной гигиены.

Физ. минутка «Будем умываться»

Льётся чистая водица,
Мы умеем сами мыться
Пасту белую берём
Крепко щёткой зубы трём
Моем шею, моем уши,
После вытремся посуше.



Воспитатель:

Мойдодыр дарит нам цветок, а впереди нас ждёт еще один сказочный герой. Отгадайте загадку.

Эту девочку мы знаем,
От всех кукол отличаем,
С голубыми волосами
И красивыми глазами.
Она вежлива была,
В домике в лесу жила
И учила Буратино.

Эта девочка... (Мальвина)

Воспитатель: Мальвина вам сообщает, ребята,
Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья,
Должен быть режим дня.

Воспитатель: ребята, а что такое режим дня? (ответы детей)

Воспитатель: режим дня – это определённый распорядок дня, верный помощник нашего здоровья. Режим – это распределение времени суток на виды занятий, отдых и развлечения. Чтобы правильно составить свой режим дня, нужно знать части суток и правильно планировать время сна, личной гигиены, питания, время занятий спортом и отдыха.

Дидактическая игра «Режим дня» (в виде соревнований).

Воспитатель: перед вами картинки с различными действиями: завтрак, сон, обед, зарядка и т.д. Вам нужно расставить их по порядку, как должен проходить ваш день.

Воспитатель: молодцы, ребята. Мальвина очень рада, что вы усвоили, что такое режим дня. За это Мальвина вам дарит свой цветок здоровья. Режим надо соблюдать, чтобы быть бодрыми, здоровыми и радостными.

А мы идём по тропинке к следующему домику. Давайте отгадаем, кто в этом домике живёт?

Он не знает ничего

Вы все знаете его.

Мне ответьте без утайки,

Как зовут его? (Незнайка)

Воспитатель: Незнайка спрашивает, что такое привычка? (ответы детей)

Каждый человек способен привыкать к каким-то действиям, ощущениям. Кто-то привык рано ложиться спать, кто-то поздно; кто-то привык делать по утрам зарядку, а кто-то – нет. Что появляется у человека? (Привычка).

Воспитатель: правильно, привычка. А какие вы знаете привычки?

Дети: умываться, чистить зубы, драться и т. д.

Воспитатель: Дети, а какие бывают привычки? (полезные и вредные). Что такое вредная привычка? (привычка, которая приносит вред). А что такое полезная привычка? (Она приносит пользу). Сейчас мы поиграем в игру «Полезно - вредно». Я буду называть привычки, а вы, если это полезная привычка – хлопайте в ладоши, если вредная, то топайте.

- Чистить зубы.
- Кричать.
- Убирать за собой вещи.
- Делать зарядку.
- Есть много сладостей.
- Грызть ногти.
- Обзывать детей.
- Говорить правду.
- Неряшливо одеваться.
- Пользоваться носовым платком.
- Обманывать.
- Кушать молча.
- Здороваться.

Воспитатель: Молодцы. Дети, какую пользу приносят полезные привычки? Они делают человека собранным, здоровым, аккуратным. А вредные привычки? Они делают человека неряшливым, грубым, драчливым и т. д.

Подвижная игра «Ровным кругом»

Правила игры: Дети встают в круг. В середине круга ребёнок, исполняющий роль мыла. Дети идут друг за другом по кругу, напевая песенку:

Ровным кругом друг за другом
Будем весело шагать,
Что нам мыло здесь покажет,
То и будем выполнять.

Мыло показывает, как надо намыливать руки, дети повторяют движения. Затем соответствующее движение показывает полотенце (расчёска, зубная щётка, мочалка, носовой платок).

Воспитатель: молодцы, ребята. Вы отлично сегодня поработали. Ответили на все вопросы. И Незнайка тоже дарит нам цветок.

Воспитатель: мы вернулись в детский сад. Вам понравилось наше путешествие? А что вам понравилось больше всего? Что вы запомнили?

Воспитатель: чтобы быть здоровым, нужно тщательно мыть руки, чистить зубы, соблюдать режим дня, дружить со спортом и чаще улыбаться. Потому что хорошее настроение – это тоже залог здоровья.