Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №18 с. Тарбагатай

**Конспект НОД в старшей группе**

**Тема: «Путешествие в страну здоровья»**

Составила воспитатель

Семина И.А

**Задачи:**

Формировать представления детей о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни, о здоровом образе жизни. Развивать умения выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь. Закрепить основные понятия: «Витамины», «Спорт», «Личная гигиена», «Полезные и вредные продукты», «Здоровый образ жизни», отгадывать загадки, узнавать и называть характер музыки, эмоции. Развивать связную речь. Воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни, ценностное отношение к своему здоровью.

**Форма организации**: подгрупповая.

**Форма работы**: беседа, показ, игры.

**Участники:** дети старшей группы, воспитатель, музыкальный руководитель.

**Предварительная работа**: Беседы о здоровье, рассматривание иллюстраций на тему: «Спорт», «Овощи и фрукты», «Продукты питания», изготовление атрибутов, игры.

**Материалы:** Магнитные доски, магниты, предметные картинки на тему: «Продукты питания», «Спорт», «Музыкальные инструменты». Иллюстрации к произведению К.И Чуковского «Мойдодыр», карточки с цифрами, туалетные принадлежности, экран.

**Презентации:** «Виды спорта»

«Отгадки к загадкам» - туалетные принадлежности.

**Ход НОД**

Под музыкальное сопровождение воспитатель и дети входят в зал.

**Воспитатель:** Ребята, у нас сегодня гости! Давайте поздороваемся с ними душой и сердцем! Здравствуйте! Мы поздоровались и пожелали друг другу и гостям частичку здоровья. Ребята! а как мы пожелали здоровья? – ответы детей.

**Воспитатель:** Мы сказали «Здравствуйте!» - здоровья желаем! Ребята, а что такое здоровье? Здоровье – это счастье, это когда ты здоров, бодр, весел и у тебя всё получается. Здоровье нужно всем – и детям и взрослым, старым людям и животным. Какого человека вы считаете здоровым? Что вы делаете, чтобы быть здоровыми? Как вы заботитесь о своём здоровье? Необходимо заботиться о своём здоровье, укреплять его. А если не следить за ним, то можно здоровье потерять. Ребята, а вы хотите сегодня попутешествовать и лучше узнать, что такое здоровье? – ответы детей.

**Воспитатель:** Тогда я приглашаю вас в путешествие по стране здоровья.

Ребята, а на чём бы вы хотели полететь в страну здоровья? (ответы детей).

А я предлагаю вам полететь в путешествие на волшебном ковре. Вот перед нами красивый ковёр, давайте встанем на него. Воспитатель и дети встают на ковёр.

- Ребята, а что – то ковёр наш не летит, что нужно сделать, чтобы ковёр полетел? (волшебное слово). Правильно! Надо крепко взяться за руки, закрыть глаза и произнести волшебный пароль: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!» (берутся за руки и произносят пароль). Звучит негромкая музыка.

**Воспитатель:** - Вот и взлетел наш ковёр, он поднимается всё выше и выше. Мы пролетаем над горами, лесами, лугами, полями, реками. Он несёт нас в прекрасную страну здоровья. Но вот волшебный ковёр приземлился, сходите с него. Давайте скрутим ковёр и уберём. Мы прилетели с вами в страну здоровья, какая красивая и большая страна! Сколько здесь разных улиц! А чтобы продолжить наше путешествие (организационный момент):

- Дружно за руки возьмёмся

И друг к другу повернёмся.

Улыбнёмся, подмигнём

путешествовать начнём!

**Воспитатель**: - Мы зашли с вами на одну из улиц страны Здоровья. Ребята, что вы здесь видите? Чего много на этой улице?

**Дети: -** овощи, фрукты, сок, молоко, рыба и т.д.

- А это полезные для организма продукты? (ответы)

- А почему их называют полезными? (они помогают расти здоровыми и в них находятся витамины).

- Что такое витамины? (ответы детей) – витамины – это такие вещества, которые помогают нашему организму. Чтобы мы не болели, росли сильными и крепкими. Витамины бывают разные. Одни витамины помогают детям расти, другие помогают глазам хорошо видеть, голове хорошо думать, быть умной. А есть витамины, которые защищают нас от болезней. Чтобы быть здоровым, умным, сильным, человек должен получать витамины с пищей, есть как можно больше полезных продуктов, в которых содержаться витамины. Особенно богаты витаминами овощи и фрукты. Назовите овощи и фрукты, которые вы знаете и любите (ответы детей).

**Воспитатель:** Ребята, а какие витамины вы знаете? – А, В, С, Д.

Витаминов очень много, но мы назвали самые распространённые и дети нам сейчас о них расскажут.

**1.Ребёнок:**

Витамин «А» – морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка.

Важны для зрения, роста.

Помни истину простую –

лучше видит только тот,

кто жуёт морковь сырую,

или сок черничный пьёт.

**2.Ребёнок:**

Витамин «В» - мясо, молоко, орехи, хлеб, хлеб, мясо курицы.

Полезны для сердца.

Очень важно спозаранку,

есть за завтраком овсянку.

чёрный хлеб полезен нам,

и не только по утрам.

**3.Ребёнок:**

Витамин «С» - апельсин, лимон, капуста, лук, редис, смородина.

Помогают при простуде.

От простуды и ангины

помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

хоть и очень кислый он.

**4.Ребёнок**

Витамин «Д» - рыба, рыбий жир, печень.

Для укрепления костей.

Рыбий жир всего полезней,

Хоть противный – надо пить.

Он спасает от болезней,

Без болезней лучше жить.

Воспитатель: Ребята, значит, на какой улице мы находимся?

Как она называется? (ответы)

Правильно, улица «Витаминная»

Ребята, а могут ли продукты быть вредными? Какие вредные продукты, вы можете назвать? (ответы). А почему они вредные? (в них нет витаминов).

- Ребята, я предлагаю вам стать садовниками и вырастить «Чудо дерево». На столе карточки с продуктами, вам нужно выбрать полезные продукты и поместить на дерево.

**Проводится игра с предметными картинками «Чудо – дерево»**

Дети выполняют задание и объясняют, почему они поместили карточку на дерево – вопросы к детям. Какие карточки с продуктами мы поместили на дерево? (полезные). А почему эти карточки с продуктами мы не стали вешать на дерево? (вредные для здоровья продукты).

**Воспитатель:** Продолжим наше путешествие и пойдём на другую улицу. А чтобы узнать, как она называется, нужно выполнить задание.

Выложить карточки с изображением цифр по порядку, от одного до пяти, перевернуть. На обратной стороне карточек изображение букв «С», «П», «О», «Р», «Т». Если их соединить, то получится слово – «Спорт».

**Воспитатель:** Ребята, значит, как называется улица? Правильно! Спортивная.

Что такое спорт? (ответы детей). Важен ли спорт для здоровья? (ответы детей). Спорт делает людей здоровыми, крепкими и сильными. Ребята, а те люди, которые занимаются спортом, как их называют? (спортсмены). А вы как занимаетесь спортом? (делаем зарядку, бегаем, прыгаем, играем в подвижные игры). Вы занимаетесь физкультурой. Физкультурой может заниматься каждый – маленький ребёнок, взрослый и старый человек.

А сейчас для укрепления вашего и моего здоровья, я приглашаю вас на

физ. минутку.

**Физминутка**

Отдых наш – физкультминутка!

Занимай свои места!

Раз – присели, два – привстали,

руки кверху все подняли.

Сели – встали, сели – встали,

будто Ванькой – Встанькой стали.

А потом пустились вскачь,

словно мой упругий мяч.

**Воспитатель:** Ребята, а какие виды спорта вы знаете? (ответы детей).

- Правильно! Молодцы! Видов спорта очень много, я предлагаю вам посмотреть слайды о видах спорта. Возьмите стульчики и присаживайтесь.

Перед просмотром выполним гимнастику для глаз **«Листопад»**

Листопад, листопад, (движения глазами вверх, вниз)

листья жёлтые летят.

Жёлтый клён, жёлтый бук, (движения глазами влево, вправо)

жёлтый в небе солнца круг. (круговые движения глазами)

Жёлтый двор, жёлтый дом, (движение глазами вверх, вниз)

вся земля желта кругом. (круговые движения глазами).

**Презентация «Виды спорта»**

**Воспитатель:** Мы посмотрели с вами фильм о спорте и делаем вывод, что нужно заниматься физкультурой и спортом, чтобы быть здоровыми, крепкими, стройными. На какой улице мы с вами побывали?

А теперь перейдём на другую улицу.

Воспитатель читает отрывок из произведения К. И Чуковского «Мойдодыр».

- Ребята, из какого произведения эти слова?

А эти иллюстрации? Правильно! О чём говорится в этом произведении? Почему от мальчика улетели и убежали все вещи? Что сделал мальчик, чтобы стать чистым? Кто ему помог?

**Появляется Грязнулькин.**

Воспитатель: Ой! Ребята, кто это? Дети, посмотрите, какой грязный мальчик! Здравствуй мальчик! Как тебя зовут? А почему ты такой грязный?

Ребята, а если Грязнулькин не будет умываться, он сможет вырасти здоровым, красивым? А почему? А вы хотели бы дружить и играть с Грязнулькиным? Что надо делать, чтобы не стать грязнулей? (умываться, расчёсываться, чистить зубы). Ребята, давайте поможем Грязнулькину, научим и покажем, как следить за своим внешним видом, быть чистым и опрятным.

Ребята, сейчас мы будем отгадывать загадки о предметах, которые помогают нам быть чистыми.

**Презентация «Отгадки на загадки»**

**Загадки:**

1.Ускользает, как живое,

но не выпущу его.

Белой пеной пенится,

руки мыть не ленится (Мыло)

2.Резинка – Акулинка,

пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала (Губка для тела)

3.Вафельное, полосатое,

ворсистое, мохнатое.

Всегда под рукою,

что это такое? (Полотенце)

4.Костяная спинка,

жёсткая щетинка.

С мятной пастой дружит,

нам усердно служит (Зубная щётка)

5.Мятная, ароматная.

С зубной пастой дружит,

нам усердно служит (Зубная паста)

6.Чтобы волосы блестели

и красивый вид имели,

чтоб сверкали чистотой,

мною их скорей помой (Шампунь)

7.Хожу, брожу не по лесам,

а по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

чем у волков и медведей. (Расчёска)

8.Лёг в карман и караулит

рёву, плаксу и грязнулю.

Им утрёт потоки слёз,

не забудет и про нос (Носовой платок)

9.Любит старшая сестра

прямо с самого утра,

перед ним вертеться

и в него смотреться (Зеркало)

**Воспитатель**: Молодцы! Все загадки отгадали! Ребята, а как называются все эти предметы? Туалетные принадлежности. Они – наши помощники, они помогают нам быть чистыми, опрятными, здоровыми.

Ребята, я предлагаю все эти туалетные принадлежности подарить Грязнулькину, чтобы он стал чистым, опрятным, красивым мальчиком.

Дети складывают все предметы в рюкзак Грязнулькину.

Грязнулькин благодарит детей и уходит.

Ребята, так на какой улице мы с вами находимся, как она называется? Правильно! – улица Чистоты.

- Пойдём дальше. ( Звучит музыка). Ребята, вы слышите?

Что вы слышите? (ответы детей)

**Воспитатель:** Пойдёмте на звуки музыки.

**Музыкальный руководитель**: - Здравствуйте ребята! Вы услышали красивую музыку, и зашли ко мне.

**Воспитатель:** Ребята! Значит, мы зашли на какую улицу? Как называется улица? (ответы детей).

- Правильно, улица «Музыкальная».

Я - фея музыки.

Ребята с помощью музыки мы можем укреплять здоровье. Как музыка помогает нам укреплять здоровье? (ответы детей).

Вы уже знаете, что в музыке бывает разное настроение. Давайте поиграем.

Я вам раздам волшебные карточки. Прослушаем музыку разного характера, а вы постарайтесь подобрать карточку с эмоцией, и передать мимикой настроение этой музыки.

Звучит музыка разного характера. Злость, Грусть, Обида, Радость.

**Музыкальный руководитель:** - Ребята, а какая эмоция подходит вашему настроению? Радость.

Вам хочется плясать, петь, а пойдемте, покажем с помощью музыки и движений, какое у нас настроение.

**Дети исполняют польку.**

**Музыкальный руководитель**: Сейчас я увидела, какое у вас веселое настроение, я хочу, чтобы ваше настроение осталось на весь день.

А еще ребята, вот вам мой совет:

Чтобы жить и не болеть,

каждый день старайтесь петь.

Прогони подальше лень,

улыбайся каждый день.

Веселись, пляши и пой,

будь здоров – вот такой!

До свидания!

**Воспитатель:** - Ребята, вам понравилось наше путешествие? Как называется страна, по которой мы путешествовали? Страна здоровья! На каких улицах мы были? Назовите их. А на какой улице вам понравилось больше всего? Почему? Мы узнали много интересного и полезного, о том, что музыка, витамины, спорт, чистота укрепляют наше здоровье.

Но мы были с вами не на всех улицах, потому что страна здоровья очень большая, поэтому мы с вами ещё будем путешествовать.

- А теперь нам пора возвращаться в детский сад. Все встают на ковёр. Возьмёмся за руки, закроем глаза и скажем волшебный пароль: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!». Звучит музыка.

Волшебный ковёр приземлился. Все сходят с ковра, дети сворачивают ковёр.

**Воспитатель:** Но вот ребята, мы и вернулись с вами из увлекательного путешествия в детский сад.