Конспект занятия по здоровьесбережению в старшей группе «Путешествие в волшебный город»

Тема: «Путешествие в волшебный город»

Цель: Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

• Расширять знания детей о различных средствах и способах познания окружающего мира, дать элементарные представления о роли органов чувств: глаза, уши, нос в жизни человека;

• Закреплять у детей знания о полезных и вредных привычках, а также продуктах питания, о соблюдении правил личной гигиены;

• Работать над развитием зрительного, слухового, вкусового восприятия;

• Способствовать формированию интереса к познанию своего тела;

• Активизировать речь детей.

• Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему организму.

Оборудование и материалы : мультимедиа, звукозапись звука природы,игры

Ход занятия:

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Я очень рада встречи с вами. Сегодня к нам пришли гости, давайте поздороваемся с ними душой и сердцем. А теперь поздороваемся друг с другом. А знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому, что вы сказали: "Здравствуйте! ” Здоровья желаю. Дети я очень хочу подарить тепло своих ладошек, я буду говорить свое имя, а вы мне в ответ свое .Молодцы, вот и познакомились!

Ребята, по дороге в ваш детский сад я получила известие от веселых человечков, которые живут в волшебном городе, им срочно нужна наша помощь. Вы согласны помочь им?!

В: Тогда нужно срочно отправляться в дорогу, а путь нам укажет волшебный фонарик. Этот фонарик играет мелодию, но мы ее услышим, как только окажем помощь нашим маленьким друзьям. Ну что ж в путь!

Первая остановка у дома художника.

Воспитатель: Как вы думаете, кто живет в этом доме? Как вы об этом догадались? Оказывается, наш художник разучился пользоваться глазами, и теперь его картины никому не нравятся. Ребята, а зачем человеку глаза?

Правильно, ребята. Благодаря глазам мы получаем почти всю информацию об окружающем нас мире. Ребята, а как бы мы жили, если бы у человека не было глаз?

Воспитатель предлагает с помощью эксперимента выяснить, зачем глаза человеку. Предлагает детям надеть на глаза специальные маски, закрывающие глаза.

Воспитатель: Скажи, что у меня в руках? А что я сейчас делаю? (2-3 бесшумных действия)

Затем воспитатель просит снять маски и спрашивает, так зачем же глаза человеку. Ответы детей, дополняют друг друга.

В: Если о глазах плохо заботиться, с ними могут случиться разные неприятности. Нам необходимо самим заботится о своем зрении, и беречь глаза.

Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для глаз»

Воспитатель предлагает детям взять по одной карточке (морковь, компьютер, телевизор, черника, яркий свет, чтение лежа, солнцезащитные очки, внимательно рассмотреть, подумать и решить, что для глаз вредно – положить к грустной рожице, а полезное – к смешной рожице. Дети объясняют свой выбор.

В:Посмотрите наш фонарик загорелся, значит вы правильно разложили карточки. Теперь я думаю, что художник знает, что полезно для глаз. Ребята, чтобы и вы самостоятельно заботились о своем зрении ,давайте сделаем гимнастику для глаз. (слайд гимнастика для глаз, нужно найти на картинке 10 коней)

 В: Молодцы ребята, теперь наш художник снова сможет писать красивые картины. А нам пора двигаться дальше. Дети продолжают движение по городу и подходят к домику садовода. Педагог предлагает определить, чем занимается человечек, живущий в этом домике.

В: Ребята, а как вы думаете, чем занимается человечек, живущий в этом домике? А как вы догадались? Да, в этом домике живет садовник, он выращивает в своем огороде ароматные овощи, фрукты и цветы. А теперь он совершенно разучился распознавать их по запаху. Что нужно, чтобы определить по запаху тот или иной предмет?

В :Верно нос! Носом мы дышим, а ещё нос помогает почувствовать и различать запахи. Вот это мы сейчас и проверим, ,поможем нашему садовнику почувствовать запахи и ароматы.

Дидактическая игра «Отгадай по запаху»

На небольшом подносе стоят коробочки по количеству детей, в которых находятся ароматизированные предметы (кусочек яблока, лимон, чеснок, , лук, огурец, банан) . В коробочках сделаны отверстия, через которые нужно нюхать, то, что внутри. Ребенок должен определить по запаху, что лежит в коробочке.

В: Молодцы, ребята! Вот и наш фонарик загорелся! Хорошие у вас носики! Все отгадали!

В: Ребята, посмотрите какие красивые цветы вырастил для нас садовник, а на них сели бабочки, я знаю хорошее упражнение для органов нашего дыхания с помощью этих цветов, давайте покажем его садовнику .Давайте представим, что мы с вами озорной ветерок.

Упражнение: ВЕТЕРОК.

Я ветер сильный, я лечу,

Лечу, куда хочу (руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос)(чувствуете, как подул ветерок)

Хочу налево посвищу (повернуть голову налево, губы трубочкой и подуть)

Могу подуть направо (голова прямо, вдох, голова направо, губы трубочкой, выдох)

Могу и вверх (голова прямо, вдох через нос, выдох через губы трубочкой, вдох)

И в облака (опустить голову, подбородком коснуться груди, спокойный выдох через рот)

Ну а пока я тучи разгоню (круговые движения руками).

Ребята, а хотите узнать интересное, оказывается у животных уши расположены по разному не как у человека. (слайд 2)

В: Я думаю, теперь у садовника все будет хорошо, а нам пора идти дальше.

Подходят к домику музыканта, определяют профессию этого человечка.

В: Музыкант разучился слышать и совершенно запутался в музыкальных инструментах. Что нам помогает слышать?(Уши)

В: В отличие от глаз, наши уши постоянно открыты, а значит, они постоянно слышат, улавливают разные звуки, даже когда мы с вами спим. Ребята, а что же такое звук? Это трудный вопрос. Хотите узнать? А помогут в этом нам мои помощники червячки. Обхватите ладонями горло и немножко попоем. Внутри горла что- то дрожит. Это голосовые связки, они издают звук. Мы сами можем менять голос, сделать его громким, низким и высоким. Давайте с вами вспомним сказку три медведя и поговорим разными голосами («Кто ел из моей чашки?») Как голос, так и звук может быть тихим или громким.

Дидактическая игра «Отгадай звук»

В: Я предлагаю вам сыграть в игру, вы отвернетесь и попробуете отгадать звук.

(птичка, колокольчик, шуршание бумаги)

Ответы детей. Снова наш фонарик загорелся, молодцы, теперь наш музыкант может слышать свою прекрасную мелодию.

Вот и мы помогли нашим друзьям, а теперь я вас приглашаю на полянку. Давайте присядем, отдохнем, такой трудный был путь, но мы со всеми заданиями справились и помогли жителям волшебной страны. Закройте глазки, и послушайте волшебную музыку. (Релаксация)

В:Ребята, посмотрите на нашей полянке есть жемчужина здоровья. Она хранит в себе полезные советы, возьмите их в дар.

У меня есть еще один сюрприз, жители волшебного города , для того чтобы вы были здоровыми дарят вам витамины.. Ну вот, и подошло к концу наше путешествие по волшебному городу. Чем мы с вами сегодня занимались, кому помогали? Что вам понравилось на нашем занятии больше всего? Я надеюсь, что вы приятно провели время, спасибо вам! Берегите зрение, слух и нос! Посмотрите на гостей, улыбнитесь им, подарите свою улыбку друг другу. Пожелайте всем, крепкого здоровья и чтобы настроение у всех всегда было бодрое и веселое.