

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 «Малыш»**

6711920 Республика Бурятия, Джидинский район, с. Петропавловка, ул. Советская 14
Тел. 8 (30134) 41-95-0, 8 (30134)41 – 8 15, email: malyshsad.4@ mail.ru

**Конспект ООД в старшей группе
«Путешествие в страну здоровья».**

ХОД ООД

Воспитатель: Раз! Два! Три!

В круг скорее становись

Дружно за руки берись

Мы пожмем друг другу руку

Побежит тепло по кругу

Ребята, у нас сегодня гости! Поздоровайтесь!

А вы знаете, что слово «здравствуй» означает «будь здоров»? Люди при встрече желают друг другу доброго здоровья. Хорошо, если, приветствуя человека, вы назовете его имя, улыбнетесь. Так вы подарите друг другу здоровье и хорошее настроение.

Согласитесь, ребята, приятно чувствовать себя здоровыми, бодрыми и веселыми! Ведь как говорили древние мудрецы «В здоровом теле, здоровый дух!». Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом. Например, «Здоровье дороже золота» Назовите несколько пословиц.

Дети:... пословицы:

1. «Здоровье за деньги не купишь»
2. «Чистота – залог здоровья»
3. «В здоровом теле – здоровый дух»
4. «Движение - это жизнь»
5. «Сохрани своё здоровье сам»
6. « Спорт – это здоровье»
7. «Если хочешь быть здоров - закаляйся!»
8. Береги платье снову, а здоровье смолоду.
9. Болен – лечись, а здоров берегись.
10. Было бы здоровье, а счастье найдётся.

11. Где здоровье, там и красота.
12. Двигайся больше – проживёшь дольше.
13. Здоровье сгубишь – новое не купишь.

Воспитатель:

Я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми.

Ребята, я предлагаю вам отправиться сегодня в очень интересное путешествие!

В волшебную страну здоровья

Воспитатель: Согласны? Сначала наденем волшебные колпачки, закроем глаза (*звучит музыка, на фоне музыки слова*) На месте повернись в стране здоровья очутись. Открывайте глаза. Вот мы и в стране Здоровья. Посмотрите ребята перед нами цветок, но у него чего - то не хватает.

Дети : «лепестков»

Воспитатель: Я вам предлагаю поиграть в игру “Собери цветок здоровья”. Нужно будет сказать, что такое здоровье икрепить лепесток к цветку. (*Дети собирают цветок здоровья*).

Дети:Здоровье – это красота.

Здоровье – это сила и ум.

Здоровье – это самое большое богатство.

Здоровье – это то, что нужно беречь.

Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным.

Здоровье – это долгая счастливая жизнь.

Здоровье – это когда ты весел и у тебя всё получается.

Здоровье – это когда соблюдаешь режим дня

Здоровье – это когда соблюдаешь гигиену

Здоровье – это когда правильно и регулярно питаешься

Здоровье – это когда занимаешься спортом

Здоровье – это когда делаешь утреннюю зарядку

Здоровье – это когда закаляешься

Воспитатель: Молодцы ребята, какой красивый получился у нас цветок здоровья. Ребята я вам предлагаю составить синквейн. А что такое синквейн?

Дети: Это короткое нерифмованное стихотворение из пяти строк.

Воспитатель: Составим ребята синквейн со словом здоровье.....

Здоровье

Душевное, крепкое

бережет, радует, делает сильным,

Здоровье- ни за какие деньги не купишь

Жизнь

Звучит громкая сердитая музыка.

Воспитатель: Ой, а что же за королевство повстречалось на пути?(*Читаем вывеску"Королевство простуды"*). Как оно попало в страну Здоровья? Это проделки Простуды. Она пришла не одна, а с микробами. Ребята, а что или кто такое микроб?

Дети: (Ответы детей)

Воспитатель: А сейчас нам Коля расскажет более подробно о микробах. Присаживайтесь на стульчики

(Степа с проектом).

Воспитатель: Коля много нам рассказал как нужно бороться с микробами.

А сейчас я вам предлагаю сделать **точечный самомассаж «Неболей-ка»**

Чтобы горло не болело,
Мы его погладим смело.
Чтоб не кашлять, не чихать,
Надо носик растирать.
Лоб мы тоже разотрем,
Ладошку держим козырьком
«Вилку» пальчиками сделай
Массируй ушки ты умело.
Знаем, знаем – да-да-да! -
Нам простуда не страшна!

Молодцы.. Посмотрите на свои ладошки, на них микробы, а сейчас сделайте глубокий вдох носом, а выдыхая ртом сдуйте микробы с ладони (2 раза) **Дыхательная гимнастика**

Ну вот мы и прогнали Простуду из страны Здоровья.

Воспитатель: Ребята, а что мы делаем каждое утро? (Зарядку)

Воспитатель: Для чего мы делаем зарядку?

Дети: Чтобы быть здоровыми, бодрыми, энергичными

Воспитатель: Давайте мы с вами немного разомнемся

Физминутка. Видео- Музыкальная.....»САМОЛЁТ»

Воспитатель: Молодцы! Ваше настроение стало лучше?

Воспитатель: А сейчас я предлагаю поиграть со мной в игру **«Рифмы».....**(кидая мяч, дети подбирают рифму по смыслу)

1.Чтобы детям развиваться, нужно правильно **питаться!**

2.Кушай овощи и фрукты, натуральные **продукты!**

- 3.Чтобы жить здоровым дольше, кушай фруктов ты *побольше*.
- 4.Если ты не хочешь супа - поступаешь очень *глупо*.
- 5.Всем полезныпомидорочки, и чеснок на хлебной *корочке*.
- 6.Ешь конфеты и печенье, лишь чуть - чуть, для **настроения**.
- 7.Пополни кальций свой дружок, съешь на завтрак *творожок*.
8. Меньше ешь плохих продуктов, больше кушай свежих *фруктов*.
9. Не повторяйте блюда те же, твое меню должно быть *свежим*.
10. Будешь с чипсами дружить, силачом тебе *не быть*.
11. В кране нам журчит водица:
«Мойте чище ваши» (**лица**)
12. Разгрызёшь стальные трубы,
Если чисто чистишь (**зубы**)
13. Превратятся скоро в когти
Неподстриженные (**ногти**).
14. В бане целый час потела –
Лёгким, чистым стало (**тело**).
- 15.С детства людям всем твердят,
Что табак – смертельный (**яд**).
- 16.Объявили бой бациллам:
Моем руки чисто с (**мылом**).

Воспитатель: Молодцы. Ребята, чтоб расти и развиваться, и при этом не болеть.

Нужно правильно питаться, с самых юных лет уметь. А сейчас о правильном питании, о полезных и неполезных продуктах нам расскажет Снежана.

Снежана с проектом).....

Ребята давайте вместе сделаем **гимнастику для глаз**.

Зарядка для глаз.

Глазки солнцу улыбнутся
Вниз посмотрят на траву
И обратно в высоту
Водят взгляд туда-сюда.
Не устанут никогда
Крепко глазки закрываем
Широко их открываем.

Воспитатель: зарядка для глаз так же укрепляет наше здоровье.

Воспитатель: Ребята я вам загадаю сейчас загадку, а вы её отгадайте.

Мы в нее зимой и летом
С головы до ног одеты.
Даже ночью снять не можем,
Потому что это ... (кожа)

Воспитатель: Ребята, а вы знаете что такое кожа? Для чего она нужна человеку? Сейчас нам о коже человека расскажет Артём.

Артём с проектом).....

Воспитатель: Ребята, а ведь есть ещё и здоровье духовное. Надо учиться любви к себе, к людям, к жизни. И тогда вы будете действительно здоровы. Запомните волшебные слова: Грубых слов не говорите, только добрые дарите.

Воспитатель: На этом наше путешествие по стране Здоровья подходит к концу. А чтобы вернуться в детский сад улыбнитесь друг другу и подумаете, как хорошо, что мы сегодня все вместе. Закройте глаза. Мы спокойны, добры, приветливы, ласковы, мы все здоровы. Глубоко вдохните и выдохните (звучит музыка).

Откройте глаза. Мы с вами дома. Где мы с вами сегодня были?

- Что вам понравилось сегодня?
- Что нового вы узнали во время путешествия?
- Скажите, должен ли человек заботиться о своем здоровье или нет?
- Вы хотите быть здоровыми?

Если вы узнали, что то новое из нашего путешествия возьмите себе весёлый смайлик и прикрепите на солнышко, а кто нового нечего не узнал возьмите смайлик и прикрепите на тучку....