Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 20/1

Конспект открытого занятия по познавательному развитию в подготовительной группе

Тема: «Бережем свое здоровье или правила доктора Неболейко».

Подготовила: воспитатель 1 категории Лихачева Е.Н.

Тверь 2018

**Материал:**  карта города «Здоровье», картинки витаминов А,В,С, D, демонстрационные картинки правил, картинки с видами спорта, халат, шапочка, очки, витамины.

Программное содержание:

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Воспитывать дружеские взаимоотношения в коллективе, культуру честного соперничества в играх – соревнованиях.

Побуждать детей давать быстрые, четкие и правильные ответы.

Образовательная область «Познавательное развитие»

Развивать воображение и творческую активность;

Расширять кругозор детей;

Закреплять знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, настроения.

Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

Развивать умение воспроизводить по памяти ранее полученную информацию

Формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь;

Закрепить основные понятия: «личная гигиена», «витамины», «полезные продукты», «здоровый образ жизни»

Воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни.

Образовательная область: «Художественно-эстетическое развитие»

Закреплять умение выполнять ритмичные движения под музыку.

Образовательная область «Физическое развитие»

Развивать ловкость, умение действовать по команде

Развивать дыхание

Закреплять умение выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Образовательная область «Развитие речи»

Продолжать развивать речь как средство общения; компоненты связной речи: диалогическую и монологическую речь

Обогащать словарный запас.

Закреплять умение отвечать на вопросы полным предложением.

Образовательные задачи:

1. Развивать умение ориентироваться в пространстве.

2. Развивать наблюдательность, умение делать выводы, анализировать.

3. Воспитывать у детей познавательный интерес, умение видеть удивительное в окружающем мире, желание быть здоровым, внимательно относится к себе.

4. Закреплять знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, настроения.

5. Формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни

6. Развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь;

7. Закрепить основные понятия: «личная гигиена», «витамины», «полезные продукты», «здоровый образ жизни»

8. Воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни.

Воспитательные задачи:

• воспитывать доброжелательные взаимоотношения в коллективе

Развивающие задачи:

• развивать интерес к окружающему миру;

• развивать наблюдательность, зрительную память, мышление, воображение;

• развивать познавательную и речевую активность детей, расширять словарный запас;

• обогащать эмоции детей.

Методы и приемы:

Наглядный (показ, демонстрация);

Словесный: обсуждение свойств явлений.

Игровой: организационный момент; физкультминутка, заключительная часть, дидактические игры.

Педагогические технологии: игровые, личностно-ориентированная, развивающие.

Организационные формы работы с детьми: групповая, индивидуальная

Виды детской деятельности: познавательная, музыкально - художественная, двигательная, игровая.

Здоровьесберегающие технологи: Физкульминутка способствуют снятию физического и умственного напряжения при помощи динамической паузы и смены деятельности.

Оформление: Халат, шапочка, очки, карта города «Здоровье», картинки витаминов А,В,С, D, криптограммы правил, картинки с предметами личной гигиены, картинки с видами спорта, халат, шапочка, очки, фонендоскоп, яблоки.

Программное обеспечение:

 Основная общеобразовательная программа « От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы.

Реализация Федеральных государственных требований: интеграция образовательных областей: познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, развитие речи.

Организационный момент:

Под музыку дети входят в группу.

**Воспитатель**:

Ребята у нас сегодня гости, давайте с ними поздороваемся.

Ребята, сегодня утром, когда я шла в детский сад, я встретила доктора Неболейко, она пригласила вас в гости в город, который называется «Здоровье». Хотите побывать в нем?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Сегодня вы отправитесь в путешествие в город «Здоровье». Ребята, а вы знаете, что такое здоровье?

**Дети:** Да! Здоровье это быть здоровым, не болеть.

**Воспитатель:** Здоровье – это когда ты сильный, умный и у тебя хорошее настроение. Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

**Дети:** Нужно следить за здоровьем, кушать полезную еду, заниматься спортом.

**Воспитатель:** Нужно хотеть и уметь заботиться о своем здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять.

Чтобы попасть в город «Здоровье», нужно взяться за руки, закрыть глаза и сказать волшебные слова: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».

Дети берутся за руки, закрывают глаза, повторяют: «Солнце, воздух и вода– наши лучшие друзья!».

***Звучит музыка релаксации.***

Воспитатель надевает халат, шапочку, фонендоскоп.

Дети открывают глаза.

**Воспитатель:** Здравствуйте ребята, я вас приветствую в городе «Здоровье». Разрешите представиться: Доктор Неболейко. Сегодня я проведу вам экскурсию по нашему городу и познакомлю с правилами, которые помогут вам сохранить свое здоровье.

Посмотрите на доску, что это как вы думаете?

**Дети:** карта города.

**Воспитатель:** правильно, это карта города, а на ней обозначен наш маршрут по городу. Посмотрите налево, а это город и по нему мы пойдем согласно маршруту, на каждой улице вас ждут задания, игры.

Отгадайте загадку:

В овощах и фруктах есть.

Детям нужно много есть.

Есть ещё таблетки

Вкусом как конфетки.

Принимают для здоровья

Их холодною порою.

Для Сашули и Полины

Что полезно?..

**Дети:** Витамины

**Воспитатель:** Правильно ребята, первая улица, с которой мы начнем наше путешествие, это улица Витаминная.

*Дети проходят и садятся на стульчики на улице Витаминной.*

**Воспитатель:** Скажите, а что такое витамины и для чего они нужны нашему организму.

**Дети:** Витамины — это такие полезные компоненты, которые жизненно необходимы каждому человеку. Чтобы быть здоровым, необходимо правильное питание. Надо знать, какие продукты можно есть, а какие вредны для здоровья.

**Воспитатель:** Дети, какие витамины вы знаете?

**Дети**: А, В, С, D.

**Воспитатель:** Ребята, а для чего нужны витамины?

**Дети:** ответы детей. (Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье).

**Воспитатель:** Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.

**Воспитатель:**  Ребята, а кто нам может рассказать о витаминах?

Выходят витамины А, B, C, D.



 Воспитатель прикрепляет на доску картинки про витамины и еще раз с детьми повторяет, в каких продуктах содержаться витамины, для чего они нужны.

**Дети:** Витамин А – морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

Витамин В-мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (Важно для сердца).

Витамин С – цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д – солнце, рыбий жир (Важно для косточек).

**Воспитатель:** А сейчас, поиграем с вами в игру «Совершенно верно!».

***Игра «Совершенно верно!»***

Воспитатель зачитывает четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, дети все вместе говорят: «Правильно, правильно, совершенно верно!» А если о том, что для здоровья вредно, дети молчат.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок

 ( «Правильно, правильно, совершенно верно!»)

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить

Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис (Дети молчат)

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград

 ( «Правильно, правильно, совершенно верно!»)

4. Нет полезнее продуктов — вкусных овощей и фруктов.

И Сереже и Ирине всем полезны витамины

( «Правильно, правильно, совершенно верно!»)

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти

(Дети молчат)

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся

( «Правильно, правильно, совершенно верно!»)

**Воспитатель:** Итак, вы познакомились с первым моим правилом:

1. Правило Доктора Неболейко: Чтобы быть здоровым нужно есть правильную и полезную пищу, богатую витаминами. (криптограмма).

**Воспитатель:** Ребята, отгадайте загадку:

Мы физически активны,

С ним мы станем быстры, сильны...

Закаляет нам натуру,

Укрепит мускулатуру.

Не нужны конфеты, торт,

Нужен нам один лишь... (спорт)

Давайте продолжим наше путешествие и отправимся на другую улицу, которая называется **Спортивная.**

**Воспитатель:** Ребята, скажите, а для чего нам нужен спорт?

**Дети:** Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше. Нужно обязательно делать утреннюю гимнастику. Полезно обтираться полотенцем, чаще играть в подвижные игры.

**Физкультминутка**

Спорт ребятам очень нужен.

Мы со спортом очень дружим.

Спорт-здоровье, спорт - игра

Скажем мы физкульт - ура

Раз - поднялись, потянулись

Два - согнулись, разогнулись

Три – в ладоши три хлопка

Головою три кивка.

На четыре - руки шире

Пять руками помахать,
Ну а шесть поприседать.

**Воспитатель:** А теперь подойдите к столу, на нем лежат карточки с видами спорта.

*Дети подходят к столу, на котором лежат перевернутые вниз карточки с изображением видов спорта.*



**Воспитатель:** Ребята, а какие виды спорта вы знаете? Переверните по очереди карточки и отгадайте, какие виды спорта изображены на картинках.

*Дети переворачивают карточки и отгадывают виды спорта.*

 **Воспитатель:** Итак, вы познакомились со вторым моим правилом:

1. **Правило Доктора Неболейко: Чтобы быть здоровым нужно заниматься спортом.**

**Воспитатель**: А вы знаете, чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины и быть сильным! Нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены. И следующая улица, которая нас ждет, это улица Чистоты.

*Дети проходят на улицу Чистоты.*

**Воспитатель:** Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду?

**Дети:** Мы умываемся по утрам и вечерам, чистим зубы и др.

**Воспитатель:** Для чего это надо делать?

 **Дети:** Чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленными, чтобы смыть микробы.

**Воспитатель:** Как попадают микробы в организм?

**Дети:** при чихании, кашле не прикрывая рот; если не мыть руки перед едой, после туалета; не мыть овощи, фрукты.

**Воспитатель:** Что нужно выполнять, чтобы уберечься от них?

**Дети:** Мыть руки, прикрывать рот при кашле и чихании, одевать маску, мыть овощи, фрукты, носить чистую одежду.

**Воспитатель:** ребята чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них я загадаю загадки. А вы внимательно послушайте и отгадайте.

Дидактическая игра «Угадай загадку».

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

**Ответ: мыло**

2. Вот какой забавный случай:

Поселилась в ванной туча.

Дождик льется с потолка

Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик теплый подогретый,

На полу не видно луж.

Все ребята любят …

**Ответ: душ.**

3. Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез,

Не забудет и про нос.

**Ответ: Носовой платок.**

1. Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое?

**Ответ: Полотенце**

Там, где губка не осилит,

Не домоет, не домылит,

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю.

**Ответ: Мочалка**

 **Воспитатель:** Итак, вы познакомились с третьим моим правилом:

3 Правило Доктора Неболейко: Чтобы быть здоровым нужно соблюдать чистоту и гигиену.

**Воспитатель:** Молодцы! Вот какой, оказывается, трудный путь преодолели мы с вами по городу «Здоровье». Мы узнали много интересного и полезного. Но мы побывали не на всех улицах, поэтому я вас приглашаю еще не один раз посетить мой город «Здоровье».

А еще я приготовила для вас сюрприз: я дарю вам яблоки, в которых содержится много витаминов и они очень полезны для здоровья.

**Воспитатель:** Вам пора возвращаться в детский сад, для этого возьмитесь за руки, закрыть глаза и сказать волшебные слова: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».

Дети берутся за руки, закрывают глаза, повторяют: «Солнце, воздух и вода– наши лучшие друзья!».

Звучит музыка релаксации. Воспитатель снимает халат, шапочку.

Подведение итога занятия.

**Воспитатель:** Вам понравилось путешествие? Где вы побывали? Что узнали? Какие правила?

**Дети: ответы детей.**

До свидания!