**Образовательная деятельность в старшей группе «В гости к Крепышу»**

Цель: формирование культуры здоровья детей уважительного отношения к своему телу и своему здоровью.

Здоровье

Закреплять знание детей с понятием здоровье, умение заботится о своем здоровье.

Развивать потребность быть здоровым.

Воспитывать интерес к физическим упражнениям.

Безопасность

Формировать представление о способах ухода за своим телом.

Закреплять понятие «правильное питание» о пользе витаминов.

Коммуникация

Активизировать разговорную диалогическую речь, уметь употреблять антонимы.

Расширять словарный запас (здоровье, витамины,

Интеграция образовательных областей: "Познание", "Коммуникация", "Здоровье", "Физическая культура"

Оборудование: голубая лента для изображения реки, арка, фуражка капитана, штурвал, карточки с заданиями, мячи, мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды Острова расположены так, чтобы последний остров Хорошего настроения находился у входа, недалеко у арки.

Ход мероприятия:

Звучит тревожная музыка. Под музыку входит, озираясь по сторонам персонаж «Ох» (волосы растрепаны, лицо и руки грязные, одежда надета на изнанку). Ох хныкает.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, к нам в гости пришел Ох, давайте поздороваемся с ним. Но что-то он очень грустный. (Обращаясь к Ох) Что случилось с тобой, Ох, почему ты такой грустный?

Ох: Здравствуйте, ребята, я пришел к вам за помощью.

Что-то я совсем без сил, у меня ничего не получается, посмотрите на меня в кого я превратился? (Ребята отмечают, что Ох неопрятно одет, грязный и т. п.) Вот и мой брат Ах мне всегда говорит, что нужно следить за собой и за своим здоровьем. А я ничего не знаю и не умею. Ребята, научите меня ухаживать за собой и беречь свое здоровье, может тогда ко мне и силы все вернуться? Вы мне поможете?

Воспитатель: Конечно, поможем. Дорогой Ох, наши ребята знают чудесную страну – страну «Крепышей». И мы сейчас с вами туда отправимся и поможем нашему другу восстановить свои силы. Готовы? Повторяем волшебное заклинание «Раз, два, три, ветер в страну Крепышей нас неси! »

(Дети образуют цепочку, держась за руки. Воспитатель подводит детей к арке, на которой написано «Страна Крепышей», прямо из-под арки лентой выложена речка) .

Звучит веселая музыка. Появляется Крепыш.

Крепыш: Здравствуйте, ребята! Я повелитель этой чудесной страны. А вы к нам, зачем пожаловали? (Дети рассказывают про беду Оха, Ох тяжело вздыхает и утирает слезы).

Крепыш: Это горе не беда, давайте все вместе поможем нашему гостю вернуть своё здоровье и восстановить силы, готовы, тогда вперед. (Дети встают драг за другом, образуя «паровозик», первому ребенку в строю надевается фуражка капитана и дается штурвал). Дети под музыку едут по речке. (и так каждый раз от о острова к острову)

Крепыш: Стоп машина, справа по борту остров Гигиены!

Остров Гигиены

Крепыш: Ребята, а вы знаете, что такое «Гигиена» (ответы детей). Какие вы молодцы, а сейчас я это проверю, я буду давать вам хитрые и сложные задания, а вы должны их решить.

1задание Дидактическая игра «Мешочек Мойдодыра»

Дети на ощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.

2 задание Правильно, правильно, совершенно верно»

Крепыш: Я буду вам говорить маленькие стихотворения, если в них говорится то, что правильно, то вы все вместе говорите «Правильно, правильно, совершенно верно», а если в стихотворении говорится о том, что не надо делать, то вы молчите. Вы поняли?

1. Чтоб расти и закаляться

Надо спортом заниматься

2. Будет пусть тебе не лень

Чистить зубы 2 раза в день

3. Чтобы зубы не болели

Ешь конфеты-карамели

4. Если выходишь зимой погулять

Шапку и шарф надо дома оставлять

5. Фрукты и овощи перед едой

Тщательно, очень старательно мой.

6. Вовремя ложись, вставай

Режим дня ты соблюдай

7. Вот еще совет простой

Руки мой перед едой

8. От мамы своей быстро вы убегайте

Ногти свои ей подстричь не давайте.

9. Платочек, расческа должны быть своими

Это запомни и не пользуйся чужими.

10. Если на улице лужа иль грязь

Надо туда непременно упасть.

Крепыш: Как можно одним словом назвать все те действия, которые надо обязательно выполнять и на которые вы дружно ответили «правильно, правильно, совершенно верно»? (Гигиена)

Вот поэтому наш первый остров называется остров Гигиены.

Крепыш: (обращаясь к Оху) Ох, что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Ох: Чтобы быть здоровым нужно соблюдать личную гигиену.

Вместе с детьми Ох делает вывод, который дети должны хорошо усвоить: не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета, есть только мытые овощи и фрукты; когда чихаешь или кашляешь, закрывать рот и нос платком; есть только из чистой посуды.

Крепыш: Молодцы, ребята отправляемся в путь на следующий остров

Остров Полезных продуктов

Крепыш: Не хочу я есть салат,

Дайте лучше мармелад!

Не хочу я винегрет,

Дайте булок и конфет!

Принесите в детский сад

Фанту, спрайт и пепси- колу,

А из фруктов разных соки

Доведут вас до мороки.

Ребята, вы со мной согласны? (ответы детей). Мы с вами на острове Полезных продуктов. Поможем Оху разобраться, что полезно, а что нет.

1 задание Дидактическая игра «Полезно – вредно»

На доске размещены картинки с различными продуктами (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. п.) . Дети располагают под картинкой с красивыми зубами полезные продукты и под картинкой с испорченными зубами все, что неполезно.

Ох объясняет почему нельзя есть чипсы и прочую вредную еду, почему сладости нужно есть умеренно.

Задание 2. «Чей домик»

На столе 4 домика разного цвета с названиями А, В, С, D; на столе картинки: морковь, молоко, капуста, редиска, чеснок, лимон, апельсин, рыба, творог, конфеты, чипсы, пирожное, помидор, хлеб, яблоко.

Крепыш: Ребята, вы что-нибудь слышали о витаминах?

- Какие названия витаминов вы знаете?

- Где живут витамины?

Крепыш: Витамины живут в продуктах питания, поэтому так важно правильно питаться, не отказываться от полезной пищи. Витаминов там не видно, но они там есть и нужны человеку.

Дети расселяют продукты в домики.

- Почему конфеты, чипсы, пирожное никуда не поселили?

Ох : Продукты бывают вкусные и полезные. Витамины делают продукты полезными. От полезных продуктов у человека прибавляется здоровье.

- Для чего необходим витамин А? (Это витамин роста и зрения) .

- В (Витамин В нужен, чтобы мы росли сильными. Когда человек не получает витамин В, он много плачет и плохо спит) .

- С (Витамин С укрепляет организм, делает человека более здоровыми, помогает при простудах.)

- D? (Витамин D делает наши ноги и руки крепкими) .

Крепыш: Молодцы ребята, наш Ох почти поправился и набрался сил, продолжаем наше путешествие, следующий остров Олимпийцев

Остров Олимпийцев

Крепыш: Ребята мы на острове Олимпийцев, а вы знаете, кто такие спортсмены? (ответы детей). Правильно, и мы с вами сейчас покажем нашему гостю, какие мы сильные, ловкие, умелые.

Дети читают стихотворение

1 ребенок:

Физкультурой мы, друзья, любим заниматься,

Спорт, подвижная игра – нужное занятие.

Дай мне руку, улыбнись!

Спорт продлит нам нашу жизнь

2 ребенок :

Мы стараемся всегда помогать друг другу,

Не смеёмся никогда, если другу трудно!

Дай мне руку, улыбнись!

Спорт продлит нам нашу жизнь!

3 ребенок

Если вновь не получается это упражнение,

Нужно просто повторить трудное движение.

Дай мне руку, улыбнись!

Спорт продлит нам нашу жизнь!

4 ребенок

Тренировка и труд вместе в спорте идут!

Тренировка и труд нам удачу принесут!

Дай мне руку, улыбнись!

Спорт продлит нам нашу жизнь!

1 задание Дидактическая игра «Четвертый лишний»

На листе формата А 4 изображены предметы из какого либо вида спорта, три предмета из одного вида спорта, а четвертый из другого. Задача детей назвать лишний и объяснить почему.

2 задание «Веселые упражнения»

Упражнений «Я расту»

Крепыш: Для того чтобы стать сильным и ловким, нужно много заниматься. В этом нам поможет магическое стихотворение.

Ребята стоят на своих местах и выполняют задание по команде.

Упрись в землю ногами,

Потянись к небу руками,

Воздуха чистого вдохни,

И мысленно болезни отгони.

«Снайперы».

(Попасть в большой мяч с расстояния маленьким мячом) .

«Веселый мяч»

Дети встают в две колонны. Задача, передач мяч разными способами через всю колонну и обратно.

-над головой

- через левое плечо

- через правое плечо

- между ног

- скрестив руки над головой

- прокатив мяч по голове.

Крепыш: Молодцы ребята, посмотрите, как Ох взбодрился, но он еще грустит, но следующий остров, точно ему поможет окончательно поправиться!

Остров хорошего настроения

Крепыш: Мы на острове Хорошего настроения, тут никто никогда не плачет и не огорчается, все жители этого острова улыбаются и радуются .

Я люблю свой детский сад.

В нем полным-полно ребят.

Может - сто, а может – двести.

Хорошо, когда мы вместе.

Все на месте? Все ли тут?

Повернулись, оглянулись

И друг другу улыбнулись.

Задание 1. Игра «Комплименты»

Дети встают в круг, передавая мягкую игрушку, говорят какое-нибудь ласковое слово своему соседу.

Крепыш: Вы просто молодцы, ребята, а сколько вы всего хорошего сказали друг другу

Задание 2 -Какие чувства живут на этом острове? (радость)

Упражнение «Закончи предложение»

-Радость-это когда…

-Я радуюсь, когда…

-Мама радуется, когда…

Крепыш: (показывая на Оха) Ох радуется, он поправился и больше не грустит.

Ох : Ребята, спасибо вам за интересное и увлекательное путешествие в страну Крепышей. Я много узнал нового и полезного, а вы? Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Дети подводят итоги (соблюдение личной гигиены и режима дня, чаще гулять, употреблять в пищу только полезные продукты, заниматься спортом и всегда улыбаться)

Воспитатель: Молодцы ребята, вы справились со всеми заданиями и помогли Оху.

Крепыш: Если вы будете все это соблюдать, то непременно будете здоровы! Ребята, настала пора прощаться, желаю вам здоровья, до новых встреч.

Воспитатель: До свидания, Крепыш, а нам дети, пора возвращаться в сад, готовы: Раз, два, три ветер в группу нас неси!

Ох: Спасибо вам, ребята, вы мне очень помогли. Мне пора возвращаться к своему брату Аху, теперь я буду беречь своё здоровье и ухаживать за собой. До свидания!

Звучит веселая музыка и Ох выбегает из группы.

Используемая литература и Интернет-ресурсы:

1. Т. Б Полянская Игры и стихи для развития эмоциональной сферы младших дошкольников – Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2011.

2. Т. Е. Харченко. Бодрящая гимнастика для дошкольников – Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2011.

3. Т. А. Кислинская. Игры-заводилки. Познавательное развитие дошкольников – Москва «Скрипторий 2003» 2012

4. О. А. Шорохова. Занятия по развитию связной речи дошкольников и сказкотерапия – Творческий Центр «Сфера» Москва

5. Т. Н. Доронова., Е. Г. Доронова. Развитие детей в театрализованной деятельности – Москва – 1997г.

Источники: www.maaam.ru

www.nsportal.ru

www.festival.1september.ru

**Похожие записи:**

[Проект «Я здоровье берегу, сам себе я помогу! »](http://www.maam.ru/detskijsad/proekt-ja-zdorove-beregu-sam-sebe-ja-pomogu.html)