

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 3 р.п. Семибратово»**

**Конспект  
ООД по познавательному развитию  
«Лепестки здоровья»  
(старший дошкольный возраст 5-6 лет)**

**Воспитатель: Баранова Татьяна Сергеевна**

**2021 год, март  
р. п. Семибратово**

*Здоровье – это награда, которую получает человек за усердие.  
Здоровый человек – это, как правило,  
образованный человек, усвоивший одну простую истину:  
«Чтобы стать здоровым, надо научиться быть здоровым»*

Мишель де Монтень

**Цель:** расширение представлений детей о составляющих компонентах здорового образа жизни.

**Задачи:**

Обучающие:

- формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания;
- расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон, воздух, вода) и факторах, разрушающих здоровье;
- активизировать речь детей во время отгадывания загадки, рассматривания картинок и предметов.

Развивающие:

- развивать внимание, память, речь, слуховое восприятие, мелкую моторику рук;
- развивать двигательную, мыслительную и творческую активность детей;
- развивать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека;
- развивать стремление заботиться о своём здоровье.

Воспитательные:

- воспитывать потребность в соблюдении режима дня;
- воспитывать доброжелательность, умение сопереживать герою, приходить на помощь.

**Материалы и оборудование:**

- компьютер, проектор, экран, презентация;

- «Чудесный мешочек» с предметами гигиены: мыло, мочалка, зубная щетка и паста, полотенце, носовой платок, расческа, зеркало;
- отдельные компоненты цветка из цветной бумаги с советами по ЗОЖ;
- две прямоугольные корзины: зеленая и красная, корзина для продуктов питания;
- продукты питания: греча, творог, молоко, сметана, огурец, апельсин, яблоко, чипсы, сухарики, газированный напиток «Кола», жевательные конфеты, Чупа-чупс, майонез;
- стеклянная баночка с металлической крышкой;
- свеча, пьезозажигалка;
- листы белой бумаги с «сердцевиной» цветка желтого цвета посередине на каждого ребенка;
- лепестки зеленого и красного цветов из двусторонней бумаги, сердцевины для цветов желтого цвета;
- клей на каждого ребенка;
- столы и стулья для детей;
- 4 доски-мольберта, магниты;
- карточки с изображением режимных моментов в течение суток;
- корзина со свежими яблоками.

### **Предварительная работа:**

- чтение художественной литературы: К.И. Чуковского «Федорино горе», «Мойдодыр», С. Афонькина «Как стать сильным?», «Зачем делать зарядку?», «Как победить простуду?» и «Откуда берется болезнь?», А. Иванова «Как Хома зимой купался»; В. Приходько «Вот когда я взрослым стану...», О. Нэш «Микроб»;
- разучивание пословиц о здоровье;
- отгадывание загадок о предметах гигиены, продуктах питания;
- беседа о здоровом образе жизни;
- проведение ООД «Бережём зрение».

### **Средства обучения:**

- аудиовизуальные (слайды, ИКТ);
- наглядные (иллюстрации, магнитные доски);
- демонстрационные (продукты питания, средства личной гигиены);
- экспериментальные приборы (свеча, стеклянная банка с металлической крышкой, пьезозажигалка).

### **Форма организации детей:**

- игровая,
- двигательная,
- познавательная,
- продуктивная,
- фронтальная,
- коллективная,
- индивидуальная.

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Участники ООД:** дети старшего дошкольного возраста 5-6 лет, воспитатель группы, подменный воспитатель в роли «клоуна».

**Место проведения:** музыкальный зал ДОУ

**Методы и приемы, применяемые в организации ООД:**

#### Организационная часть:

- метод «погружения» в тему: беседа, частично-поисковый метод, сюрпризный момент;

#### Основная часть:

- метод наблюдения (демонстрация слайдов, показ иллюстраций)
- словесные методы (беседа, обращение вопросов к детям, словесная система поощрения детей)
- практические методы (планирование выполнения заданий, анализ результатов),

- информационно-перцептивный метод (рассматривание картинок);
- репродуктивный метод (прием повтора, игровой метод, содержащий физкультминутку и использование дидактических игр в работе с детьми,
- познавательно-экспериментальная деятельность (экспериментальный опыт).

Заключительная часть:

- продуктивная деятельность;
- обобщение и закрепление полученных знаний;
- сюрпризный момент.

**Ход занятия:**

**Организационная часть**

*Дети встают в круг совместно с воспитателем.*

*Приветствие:*

**Воспитатель:**

Собрались все дети в круг:

Я твой друг, и ты мой друг.

Крепко за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся.

Я улыбнусь вам, а вы улыбнитесь друг другу. Чтобы у нас весь день было хорошее настроение.

***Появляется Клоун. Он плачет, кашляет и чихает.***

**Воспитатель:** Клоун, здравствуй! Ты почему не смеёшься и не шутишь, а плачешь? Что случилось?

**Клоун:** Со мной приключилась большая беда.

Мороженое ел я помногу всегда -

И вот такая картина:

Ко мне привязалась ангина,

И кашель, и насморк меня одолели.

Если б вы знали, как они надоели.

*Клоун плачет еще сильнее*

**Воспитатель:** Клоун, успокойся, ты обязательно поправишься!

**Клоун:** Да как мне успокоиться! Чтобы я поправился, мне нужно найти волшебный цветок здоровья, а он растет в далекой-далекой стране. С этим цветком произошла настоящая беда: в страну ворвался сильный ветер и разбросал лепестки волшебного цветка по разным царствам.

**Воспитатель:** Клоун, а как тебе могут помочь эти лепестки здоровья?

**Клоун:** На лепестках имеются советы, которые помогут никогда не болеть!

**Воспитатель:** Ребята, давайте спасать Клоуна, а как мы сможем помочь ему?

**Дети:** (Мы попадем в волшебную страну, соберем лепестки здоровья и отдадим их клоуну) -предполагаемый ответ.

**Воспитатель:** Правильно! Мы отправимся в волшебную страну и соберем лепестки этого волшебного цветка. Вы готовы?

**Дети:** (Да)!

**Клоун:** Спасибо! Удачи вам!

### **Основная часть**

**Воспитатель:**

Раз-два-три-четыре-пять

В волшебную страну хотим попасть.

Мы покружимся на месте,

Очутимся там все вместе.

**Воспитатель:**

- Мы попали в царство «*Чистюлькино*». А кто же в нем правит?  
*Мойдодыр*. И чтобы нам получить лепесток этой страны, нужно выполнить задание *Мойдодыра*. Он оставил нам чудесный мешочек. В нем находятся его предметы гигиены. Вы будете по очереди ко мне подходить и на ощупь отгадывать эти предметы.

*Дети на ощупь угадывают предметы гигиены (мыло, мочалка, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка)*

**Воспитатель:** Для чего нужны эти предметы?

**Дети:** Эти предметы помогают содержать наше тело в чистоте.

**Воспитатель:** А зачем нужно соблюдать гигиену?

**Дети:** Чтобы быть чистыми и болеть.

*На экране появляется лепесток. Воспитатель сразу обращает на него внимание.*

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите Мойдодыр отдал нам лепесток, а на нем написан совет «Чистота — залог здоровья». Молодцы!

Отправляемся в следующее царство!

Мы на месте повернемся

Дружно за руки возьмемся.

Вправо мы пойдем гулять,

В другое царство лепесток искать.

**Воспитатель:** Мы попали во второе царство «Вкусняшкино», а кто его хозяйка?

**Дети:** (Фрекен Бок).

**Воспитатель:** Это Фрекен Бок. Ребята, ей нужна ваша помощь.

**Воспитатель:** Фрекен Бок отправила Карлсона в магазин. А он купил не только полезные, но и вредные продукты. Давайте мы обучим Карлсона, что можно кушать, а что нельзя. А для этого мы сыграем в игру – каждый из вас будет подходить и брать из продуктовой корзины два продукта и раскладывать их по другим корзинам: в зеленую корзину - полезные продукты, а в красную вредные.

**Воспитатель:** Давайте, посмотрим, правильно вы разложили продукты в корзинки. Молодцы, ребята, все правильно разложили. А скажите, пожалуйста, чем богаты полезные продукты?

**Дети:** (Витаминами).

По окончании выполнения задания на экране появляется второй лепесток вместе с первым. На лепестке написано правило *Лакомств тысяча, а здоровье одно*.

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, у нас появился следующий совет *«Лакомств тысяча, а здоровье одно»*.

Отправляемся в следующее царство.

Мы на месте повернемся

Дружно за руки возьмемся.

Влево мы пойдем гулять

В другое царство лепесток искать.

**Воспитатель:** Мы попали в третье царство. А как называется это царство вы узнаете, когда отгадаете загадку:

- Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражнения по порядку!

Поможет сделать мне ... .. (*зарядка*)

Правильно это зарядка, а царство называется *«Царство зарядки»*. Кто здесь хозяин?

**Дети:** Богатырь!

**Воспитатель:** Верно! Богатырь каждое утро делает зарядку. А зачем?

**Дети:** (Чтобы быть сильным, здоровым)!

**Воспитатель:** Давайте мы с вами разомнемся, вставайте в круг.

*Дети встают в круг*

**Физкультминутка** под музыкальное сопровождение *«Мы пойдем налево»*

**Воспитатель:** А у нас появился третий лепесток. На нем написано правило *«Кто зарядкой занимается, тот силы набирается»*.

**Воспитатель:** Ребята, вы знаете, что очень полезно выполнять физические упражнения на свежем воздухе. Как считаете, почему?

**Дети:** (Чтобы закаляться, дышать свежим воздухом).

**Воспитатель:** Чтобы это лучше понять, я покажу вам опыт.



*Воспитатель зажигает свечу и ставит её в баночку, закрывает крышкой.*

**Воспитатель:** Что произошло? Почему?

**Дети:** (Свеча погасла. В банке закончился кислород) предполагаемые ответы детей.

**Воспитатель:** Оказывается, человек, как эта свеча, без доступа кислорода тоже начнёт медленно угасать. Огню для горения необходим кислород, а человеку - для жизни! Поэтому мы каждый день ходим гулять и проветриваем комнаты.

**Воспитатель:** А у нас появился четвертый лепесток. На нем написано правило: *Свежим воздухом дышать – свое здоровье укреплять!*

**Воспитатель:** Продолжим наше путешествие. Отправляемся в путь.

Мы на месте повернемся

Дружно за руки возьмемся.

Вправо мы пойдём опять

В другое царство лепесток искать.

**Воспитатель:** Мы попали в пятое царство *«Царство Времени»*. Здесь правят Часы (из мультфильма *«Красавица и чудовище»*).

**Воспитатель:** Дети, как вы думаете, зачем нам нужны часы?

**Дети:** Определять время.

**Воспитатель:** А для чего нам в детском саду определять время?

**Дети:** Чтоб соблюдать режим.

**Воспитатель:** А зачем нам нужен режим?

**Дети:** Режим дня помогает укреплять здоровье, хорошо и вовремя выполнять свои дела.

**Воспитатель:** Чтобы получить лепесток в этом царстве, вам нужно выполнить следующее задание. Перед вами стоят четыре мольберта с изображениями времени суток: утро, день, вечер, ночь. А под этими обозначениями подобраны картинки с занятиями детей в определенное время суток. Но здесь допущены две ошибки, вам надо их найти и исправить.

*Дети выполняют задание, затем анализируют ошибки и обсуждают их.*

**Воспитатель:** Молодцы, ребята, теперь мы знаем, что нужно соблюдать распорядок дня. Это поможет нам укрепить организм.

**Воспитатель:** А у нас появился пятый лепесток, а правило на нем такое:  
*Распорядок соблюдай и здоровье укрепляй.*

*Воспитатель обращает внимание на готовый цветок с лепестками.*

**Воспитатель:** Молодцы, ребята! Мы собрали волшебный цветок здоровья. Прежде чем вернуться из волшебной страны, мы выполним еще одно задание. Присаживайтесь на стульчики. Вам нужно составить цветок. Я буду задавать вам вопросы, а вы будете приклеивать соответствующие лепесточки.

1. Кто утром встаёт без капризов? Приклейте к желтой сердцевине лепесточек зелёного цвета. А кто любит покапризничать – красного.

2. Кто любит днём спать – зелёного, а кто не спит никогда – красного.

3. Кто каждый день гуляет на свежем воздухе – зелёного. Кто проводит много времени перед телевизором и компьютером – красного.

4. Кто всегда моет с мылом руки перед едой – зелёного. Кто забывает умываться – красного.

5. Кто каждый день ест суп – зеленого, а кто ест одни конфеты – красного.

Давайте рассмотрим ваши цветочки. Я вижу на них красные лепестки. Вашему здоровью угрожает опасность. Поэтому каждому из нас необходимо задуматься о своем питании, о соблюдении режима дня и личной гигиены.

- А нам пора возвращаться из волшебной страны.

*Дети выходят из-за столов.*

Мы покрутимся на месте,

Чтобы нам вернуться вместе.

Улыбнемся мы друг другу

И опять пойдем по кругу.

## Заключительная часть

**Воспитатель:** Вот мы и вернулись. Клоун, мы собрали все лепестки. Вот волшебный цветок здоровья. Соблюдай советы и никогда больше не болей.

**Клоун:** Спасибо! А можно я прочитаю эти советы!

**Воспитатель:** Конечно, прочитай!

*Клоун зачитывает советы.*

**Клоун:** Я обязательно буду их выполнять и опять буду веселым! Ведь правда, ребята?

**Дети:** Да!

**Клоун:** А я для вас приготовил витамины!

*Клоун дарит детям корзину с яблоками.*

**Воспитатель:** А я, ребята, хочу поблагодарить вас за интересное путешествие. Вам понравилось наше занятие? А что понравилось больше всего?

*Ответы детей*

А теперь мы улыбнемся,

Дружно за руки возьмемся,

И друг другу на прощание

Мы подарим пожелания.

*Дети высказывают друг другу пожелания.*

### Использованная методическая литература:

1. Авт.-сост. О. Дружкова: Тысяча веселых загадок для детей. – М.: АСТ, 2003
2. Играем, развиваемся, растем. Дидактические игры для детей дошкольного возраста. - М.: Детство-Пресс, 2010.
3. Шафранская Э.Ф.: Устное народное творчество. – М.: - Академия, 2008

### Интернет-ресурсы:

1. Игры и упражнения для формирования представлений о времени. <https://infourok.ru/>
2. Карточка утренних приветствий <https://nsportal.ru/>
3. Карточка ритуалов начала и окончания занятия <https://infourok.ru/>
4. Карточка опытов и экспериментов для детей дошкольного возраста. <https://nsportal.ru/>

### Интернет-ресурсы

Карточка ритуалов начала и окончания занятия <https://infourok.ru>

### **Приложение**

Использованная методическая литература:????

Интернет ресурс:???