**Кемеровская область Юргинский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Тальская средняя общеобразовательная школа»**

**(дошкольное отделение)**

**Открытая непосредственно-образовательная деятельность в старшей-подготовительной группе**

**Тема: «Путешествие в страну здоровья»**

|  |
| --- |
| **Составитель: зам.директора по ДО**  Столярова Г.Л.  **Провели: воспитатели**  Филиппова Л.В.  Федотова Г.М.  Лоран Е.В. |

**2014 год**

**Цель:** научить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, наносящих ему вред

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

**Задачи:**

1. Закрепить знания, как правильно заботиться о своем здоровье;
2. Закрепить знания у детей зачем необходимо заботиться о своем здоровье;
3. Обогатить словарный запас детей

**Материалы и оборудование:** проектор, ноутбук, презентация

**Ход образовательной деятельности:**

*Голос:*

Вот и утро наступило,

Уже пора вставать.

Но Буратино, наш, проказник,

Очень долго любит спать.

*Звенит будильник, Буратино зевает, ворочается, потягивается, пижама грязная, руки и ноги в кляксах.*

*Буратино:* Ой, как же не хочется вставать!

*Воспитатель:* Ребята, а вы знаете, что нужно сделать для того что бы утром наши глаза открылись и тело проснулось

*Дети:* зарядку

*Воспитатель:* а давайте мы покажем Буратино, как правильно делать зарядку, а он за нами повторит

(стук в дверь, входит Айболит)

*Воспитатель:*

Ребята, в гости к нам спешит

Любимый Доктор Айболит.

Друзей здоровья нам покажет.

Поговорит о деле важном –

Как сильным выглядеть, отважным!

Звучит музыкальная зарядка (Айболит показывает зарядку), дети и Буратино повторяют за воспитателем

*Буратино:* (держится за щеку) Ой, болит, болит, помогите! Спасите меня от этой боли! Ой, ой, ой!!!

*Воспитатель:* Айболит, а помоги нашему больному!

*Айболит:*

Я – тот самый Айболит,

Что всех излечит, исцелит.

Но к вам приехал не за тем,

Чтоб ставить градусники всем.

Тани, Лиды, Пети, Вовы –

Здесь, надеюсь все здоровы?

*Воспитатель:* нет, Айболит, не все у нас здоровы. Вот полюбуйтесь – у Буратино зуб сильно болит. Поможем ему?

*Айболит:* Ай, ай, ай! Помочь то, конечно, помогу. Но зубная боль – это результат неправильного ухода за зубами! Буратино, ты зубы чистишь?

*Буратино:* Нет, а зачем?

*Айболит:* Ребята, а вы зубы чистите?

*Дети:* да!

*Айболит:*

А мочалка и вода

С вами часто дружат?

*Дети:* да!

*Буратино, пытается спрятаться и убежать.*

*Воспитатель:* Буратино, куда же ты? Сейчас водица тебе объяснит, что необходимо делать, чтобы оставаться здоровым!

*Появляется девочка, исполняющая роль воды.*

*Вода обращается к детям, особенно к Буратино*

*Вода:*

Я – вода, вода, водица,

Приглашаю всех умыться,

Чтобы глазки заблестели,

Чтобы щечки заалели…

Зубы вам почистить нужно,

В руку щеточку возьмем,

Зубной пасты нанесем.

И за дело взялись смело,

Зубы чистим мы умело:

Сверху вниз и справа влево,

Их снаружи, изнутри

Ты старательно потри.

Чтоб не мучиться с зубами,

Щетку водим мы кругами.

Зубы чистим осторожно,

Ведь поранить десна можно…

А потом что? А потом –

Зубы мы ополоснем.

*Воспитатель:* буратино, ты все запомнил, что нужно делать, чтобы зубы не болели? Сейчас мы это проверим.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный ответ

Говорите «нет, нет, нет».

Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный:

Он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Маме говорила Люба:

«Я не буду чистить зубы»

И теперь у нашей Любы

Дырка в каждом-каждом зубе.

Каков будет ваш ответ?

Молодчина Люба?

Блеск зубам чтобы придать,

Нужно крем сапожный взять,

Выдавить полтюбика

И почистить зубики.

Это правильный совет?

Ох, неловкая Людмила

На пол щетку уронила.

С пола щетку поднимает,

Чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный ответ?

Молодчина Люда?

Навсегда запомните,

Милые друзья:

Не почистив зубы,

Спать идти нельзя.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили

И идите спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать.

Это правильный совет?

Запомните совет полезный:

Нельзя грызть предмет железный.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Чтобы зубы укреплять,

Полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет?...

Вы, наверное, устали,

Пока здесь стихи читали.

Был ваш правильный ответ,

Что полезно, а что нет.

Молодцы, ребята! И ты, Буратино, тоже молодец! Все поняли, запомнили и правильно ответили!

*Воспитатель:* для того чтобы быть здоровым, нужно еще быть чистым и аккуратным. Буратино, посмотри, какой ты грязный и неопрятный! Свою одежду нужно содержать в чистоте. Кто аккуратен, тот людям приятен!

*Айболит:*

Много грязи вокруг нас,

И она в недобрый час

Принесет нам вред, болезни,

Но я дам совет полезный.

Мой совет совсем не сложный –

С грязью будьте осторожны!

*Воспитатель:* Буратино, наш Умник предлагает тебе и детям отгадать загадки. Ребята Вы готовы?

Дети: да!

Умник:

Гладко, душисто, моет чисто,

Нужно, чтоб у каждого было.

Что, это? (Мыло)

Целых двадцать пять зубков

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком (Расческа)

Ношу их много лет,

А счету им не знаю.

Не сеют, не сажают –

Сами вырастают. (Волосы)

Вроде ежика на вид,

Но не просит пищи.

По зубкам нашим пробежит –

И зубки станут чище (Зубная щетка)

*На проекторе картинка с закрытыми глазами*

*Буратино:* ой, а это что?

*Воспитатель:* это же глаза!

*Буратино:* а почему они закрыты?

*Воспитатель:* наверное они спят или заболели…

*Буратино:* ой, какое горе! А что делать, чтобы они не болели?

*Воспитатель:* надо каждое утро умываться и вытирать чистым полотенцем, не трогать лицо грязными руками, чаще бывать на свежем воздухе и делать гимнастику для глаз!

*Буратино:* а как это делать гимнастику?

*Воспитатель:* ребята, давайте покажем Буратино, как правильно нужно делать гимнастику для глаз!

*Дети показывают и выполняют вместе с Буратино упражнения:*

«Глазкам нужно отдохнуть.»

(Ребята закрывают глаза)

«Нужно глубоко вздохнуть.»

(Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты)

«Глаза по кругу побегут»

(Глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

«Много-много раз моргнут»

(Частое моргание глазами)

«Глазкам стало хорошо»

(Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

«Увидят мои глазки все!»

(Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка)

*Открывают глаза, глаза на проекторе открыты.*

*Воспитатель*: смотрите, глаза нас услышали и проснулись.

*Звучит фонограмма сердцебиения*.

*Воспитатель*: прислушайтесь, что это за звуки?

*На экране высвечивается бьющееся сердце*

*Дети:* это сердце, оно всегда стучит, пока человек жив.

*Воспитатель:* это самый главный орган, не зря его называют мотором.

*Буратино:* что нужно делать, чтобы этот мотор хорошо работал?

*Дети:* заниматься физкультурой и спортом, много двигаться, правильно питаться, есть больше овощей и фруктов, поменьше жирной пищи и сластей, после труда нужно правильно отдыхать.

*Айболит проводит игру Туча:*

Игра «Туча»

Под веселые напевы повернемся вправо-влево.

Руки вверх! Руки вниз! Вверх! И снова наклонись!

Вправо, влево головою! Руки вверх! Перед собою!

Топни правою ногой! Вправо шаг! На месте стой!

Топни левою ногой! Влево шаг. И снова стой!

Повернись направо к другу, правую дай другу руку.

Повернись налево к другу, левую дай другу руку.

Шаг назад и два – вперед! Влево –вправо поворот!

Покружимся, повернемся, снова за руки возьмемся,

Три шага вперед, дружок! Станет тесным наш кружок.

Покружились, потолкались, повернулись… Разбежались!

Бегают, после слов «Туча» все сбегаются в середину зала обнимая друг друга за плечи.

Воспитатель: поиграли мы, устали мы, нужно нам и отдохнуть

Выполняют упражнение на релаксацию «Волшебный сон»:

*(релаксацию проводит Айболит)*

Реснички опускаются…

Глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем…

Сном волшебным засыпаем…

Дышится легко…

Ровно… глубоко…

Наши руки отдыхают…

Отдыхают… Засыпают…

Шея не напряжена

И расслаблена…

Губы чуть приоткрываются…

Все чудесно расслабляется…

Дышится легко… ровно… глубоко…

(Пауза.)

Мы спокойно отдыхаем…

Сном волшебным засыпаем…

(Громче, быстрей, энергичней.)

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем.

Их повыше поднимаем.

Потянулись! Улыбнулись!

Всем открыть глаза и встать!

*Дети под спокойную музыку читают стихотворение:*

Приоткрыли тайну мы,

Как здоровым в жизни быть:

Кушать что, и чем лечиться,

И по жизни не грустить.

Посмотри вокруг: как мило

В небе солнышко проплыло,

Из земли растет цветок,

Слышен птичий голосок.

Утром ты, глаза открыв,

Поприветствуй этот мир,

Пожелай себе удачи –

О плохом и так судачат!

Создай свое ты настроенье!

Пускай вся жизнь будет везеньем!

Советом много дали мы –

Несложно вам их соблюсти.

Стремитесь к жизни без болезней,

Старайтесь есть все, что полезно.

О нас почаще вспоминайте

И, если что, не унывайте.

Вы совершенствуйте себя –

Для этого жизнь и дана!

До новых встреч!!!