Тема «Путешествие в страну Здоровья» (игра-путешествие).

Формы организации деятельности: фронтальная форма, проблемная ситуация, ситуативный разговор, динамическая пауза, самомассаж, мастерская (создание схемы здоровья).

Цель: формирование представления о здоровом образе жизни.

Программные задачи.

Обучающие: способствовать формированию у ребенка потребности быть здоровым; способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего поведения; закрепить представления о значении физкультуры, закаливания в укреплении здоровья человека.

Развивающие: развивать речь, стимулировать речевое творчество детей; развивать мышление.

Воспитательные: воспитывать предпосылки к бережному отношению к своему здоровью.

Материалы и оборудование.

Деревянный пазл- часы «Режим дня», мяч, «Чудесный мешочек» с предметами личной гигиены, фланелеграф и печатная дидактическая игра *«*Что для зуба хорошо, что для зуба плохо», презентация «Микробы». Картинки семьи и ребенка, предметов гигиены.

Ребята, я приглашаю вас в круг радости и добра.

У вас хорошее настроение? Давайте поприветствуем друг друга!

Доброе утро, улыбчивым лицам!

Доброе утро солнцу и птицам!

Пусть каждый становится добрым, доверчивым.

Пусть доброе утро продлится до вечера!

Человек при встрече с другими людьми, говорит замечательное слово «здравствуйте!». Когда мы говорим «здравствуйте» мы желаем здоровья человеку.

Здравствуй! ты скажешь человеку

Здравствуй! улыбнется он в ответ

И конечно не пойдёт в аптеку.

И здоровым будет много лет.

Воспитатель: – Ребята! Я очень рада видеть вас всех здоровыми! А знаете, когда мы здороваемся, мы дарим друг другу частичку здоровья, недаром русская народная поговорка гласит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь». Здоровье – самая главная ценность, данная человеку. А что значит быть здоровым? (Ответы детей).

Воспитатель: Быть здоровым очень важно. Его не купишь ни за какие деньги, поэтому говорят: «Здоровье дороже богатства». Дети, как сохранить свое здоровье? Что нужно сделать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье, вести здоровый образ жизни. А как вы думаете, что значит вести здоровый образ жизни? (ответы детей).

Правильно. Это, во-первых, соблюдать режим дня. Во-вторых, нужно следить за чистотой своего тела. В-третьих, заниматься физкультурой и закаливанием. В-четвертых, правильно питаться. В-пятых, хорошее настроение.

Воспитатель: Чтобы узнать точный ответ на вопрос, давайте, отправимся в страну «Здоровья». На каком транспорте поедем? Дети предлагают выбрать вид транспорта. Под музыку едут на транспорте.

Основной этап.

Воспитатель: Мы прибыли на первую станцию **«Режим дня».**

(воспитатель демонстрирует детям часы «Режим дня», обсуждает с детьми последовательность действий, их необходимость, объясняет, почему режим дня построен именно так). Далее предлагается игра «Когда это бывает?» (дети встают в круг, воспитатель с мячом в центре круга. Воспитатель задает вопрос «Когда мы чистим зубы?» и бросает мяч ребенку тот отвечает на вопрос и возвращает мяч воспитателю и т.д.)

А теперь, отправляемся на вторую станцию **«Чистота»** (звучит музыка). Ребята мы прибыли, выходите.

Воспитатель: (читает стихотворение)

Надо, надо умываться

По утрам и вечерам.

А нечистым трубочистам –

Стыд и срам! Стыд и срам!

Кому принадлежат эти слова? (ответы детей) Правильно, Мойдодыру- герою стихотворения К. И. Чуковского. Он сегодня утром заходил к нам, но не застал вас и оставил вот этот чудесный мешочек. Давайте посмотрим, что в нем лежит. Проводится игра «Чудесный мешочек» (дети по очереди достают из мешочка предмет, называют его, рассказывают о его назначении. В мешочке лежат – мыло, зубная щетка, носовой платок, расческа, зубная паста).

Воспитатель: Какими средствами гигиены может пользоваться вся ваша семья? А какие нужны каждому члену семьи?

На столе лежат картинки с изображением средств гигиены. Возьмите картинки и разместите их на фланелеграфе. Под картинкой с изображением семьи, те средства гигиены, которыми может пользоваться вся семья, под картинкой с изображением ребёнка, те средства гигиены, которыми надо пользоваться индивидуально. Дети выполняют задание.

Воспитатель: (читает стихотворение).

 «Микроб - ужасно вредное животное».

(во время чтения стихотворения демонстрируется мультимедийная презентация «Микробы»)

Воспитатель: Вот такие маленькие монстры находятся повсюду: в воздухе, в воде, в земле, на нашем теле… Попадая в организм человека, они размножаются, выделяя яды, и человек заболевает. Но эти монстры не страшны, если соблюдать простые правила. Воспитатель вместе с детьми называют правила.

Ответьте, сколько раз в день мы моем в саду руки? (ответы детей)

Далее проводится игровое упражнение речь с движением «Кран, откройся!» -

Воспитатель: Молодцы! «Чистота – залог здоровья!»

А, теперь отправляемся на третью станцию **«Закаливание».**

Звучит музыка, дети едут.

Воспитатель: приехали, выходите.

Ребята, зачем закаливать организм? Как надо закаливать организм? (Ответы детей).

Воспитатель: Ребята, самый простой способ закалить свой организм – это делать самомассаж (делать массаж самому себе). Проводится самомассаж.

Массаж рук «Мыло» (по китайской методике)

Воспитатель: Ребята, отправляемся на четвертую станцию. (Звучит музыка, дети едут.)

Воспитатель: Приехали, выходите. Станция четвертая **«Физкультурная».**

Ребята, какую пользу приносят физические упражнения? (Ответы детей). Воспитатель: Каждое утро мы делаем зарядку, получаем заряд бодрости на целый день. «Здоровье в порядке – спасибо зарядке». Давайте сделаем зарядку, чтобы быть здоровыми.

Динамическая пауза. Зарядка.

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним пословицы про физические упражнения. (Дети называют)

Воспитатель: Отправляемся на следующую станцию. Звучит музыка, дети едут. Приехали, выходите станция **«Правильное питание».**

Воспитатель: (ставит на фланелеграф изображения веселого и грустного зуба). Ребята, что здесь изображено? А почему один зуб смеется, а другой плачет?  Почему наши зубы могут заболеть? (ответы детей). Правильно, зубы болят от неправильного питания и вредных продуктов (в процессе беседы дети приходят к выводу, какие продукты вредны для зубов, а какие полезны)

Далее проводится игра «Что для зуба хорошо, что для зуба плохо?»Дети по очереди размещают карточки с полезными продуктами вокруг здорового зуба, вредные – вокруг больного.

Воспитатель: Овощи, фрукты, молочные продукты полезны не только для зубов, но и для всего организма в целом. Правильное питание – залог **здоровья**, поэтому нужно есть полезную еду.

Наше путешествие подходит к концу, мы отправляемся на конечную станцию **«Настроение»**.

Звучит музыка.

Воспитатель: Давайте поиграем в игру «Я радуюсь, когда…». Хотите, чтобы у всех людей, которые нас окружают, было радостное настроение? Что для этого надо делать?

Воспитатель: Есть пословица про настроение «Сердце веселится - и лицо цветет». А улыбка – это залог хорошего настроения. Улыбаясь, мы дарим друг другу здоровье и радость. Угрюмый человек принесет радость? (ответы детей). Так давайте дарить друг другу улыбки и хорошее настроение. Воспитатель: Ребята, посмотрите, какой большой лист, давайте создадим на нем схему здоровья, чтобы все всегда помнили и не забывали, что надо делать, чтобы быть здоровыми и никогда не болеть. Как будем делать? (Ответы детей).

Дети на ватмане создают схему здоровья (выбирают и наклеивают картинки, на которых изображены составляющие здорового образа жизни или рисуют их).

Рефлексивный этап.

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие. На какой станции понравилось больше всего? Возьми смайлики и с их помощью расскажите о своем настроении. Пора возвращаться в группу, поехали.