

**Конспект занятия по познавательному развитию
в старшей группе «Здоровый образ жизни»**

*Пузакова Людмила Сергеевна,
воспитатель МБДОУ
«ДС № 305 г. Челябинска»*

Цель: продолжать учить составлять рассказ по сюжетным картинкам, отвечать на вопросы воспитателя полным предложением, закреплять представления о ЗОЖ.

Задачи: продолжать формировать понятие о ценности здоровья и необходимости его сохранения и укрепления; развивать познавательную и речевую активность; воспитывать желание вести ЗОЖ.

Материалы: письмо от Мойдодыра; мнемотаблица ЗОЖ; сюжетные картинки ЗОЖ; мяч.

Ход занятия

I. Ребята, по дороге в детский сад я встретила почтальона и он отдал мне письмо.

Давайте посмотрим от кого оно? (показывает)

Дети, письмо от Мойдодыра:

«Дорогие дети старшей группы «Ромашка»,
я путешествовал по миру и попал в одну страну.

Вы не поверите, но в той стране люди ведут не
здоровый образ жизни.

Я грязнуль не выношу.

Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

У меня сейчас нет времени
объехать все страны.

Помогите мне, пожалуйста, посетите Королевство Здоровья

Посмотрите, все ли там в порядке?

Спасибо и до свиданья!

Мойдодыр»

Ребята, о чем говорит в письме Мойдодыр? (В письме говорится о...)

I. Что такое ЗОЖ? (ЗОЖ – это когда следят за здоровьем)

Мойдодыр предлагает нам отправиться в Королевство Здоровья

Соединяемся в вагончики (1 круг пройти по группе) и отправляемся на 1ую станцию
1 станция «Чистота – залог здоровья»

Как вы думаете, что это за станция? (Я думаю...)

Какие правила гигиены мы с вами соблюдаем дома и в детском саду? (в д/с, дома ...умываемся,
чистим зубы, моем руки и т.д.)

Как вы думаете, для чего мы это делаем? (Я думаю..)

Д/и «Можно – нельзя» (с мячом)

(передавать мяч по кругу)

1. Можно гладить собаку, когда ешь.
2. Можно кушать, не помыв руки с мылом.
3. Нельзя кушать мытые овощи.
4. Можно кушать вымытые фрукты.

5. Нельзя чистить утром зубы.
6. Нельзя чистить зубы 2 раза в день.
7. Можно мыть руки с мылом после прогулки.
8. Нельзя ходить в уличной обуви дома.
9. Можно ходить в грязной одежде.
10. Можно мусорить в комнате.
11. Нельзя следить за чистотой в комнате.
12. Нельзя трогать грязную обувь и облизывать руки.
13. Нельзя умываться каждое утро.
14. Можно купаться каждый день.
15. Можно следить за чистотой одежды.

Ребята, а теперь нам пора ехать на следующую станцию.

2 станция «Витаминная»

Как вы думаете, для чего мы приехали на эту станцию? (Я думаю..)

Ребята, где живут витамины? (Витамины живут...)

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

Давайте проверим ваши знания, как вы разбираетесь в правильном питании.

Д/и «Полезно – вредно»

(хлоп-топ)

- Каша – вкусная еда

Это нам полезно?

- Лук зеленый иногда

Нам полезен дети?

- В луже грязная вода

Нам полезна иногда?

- Щи – отличная еда

Это нам полезно?

- Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно?

- Фрукты – просто красота!

Это нам полезно?

- Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки?

- Овощей растет гряде.

Овощи полезны?

- Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети?

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети?

Отлично! С этим заданием мы справились, а теперь садитесь в вагоны. Мы отправляемся на следующую станцию

3 станция «Спортивная»

Как вы думаете, почему мы оказались на этой станции? (Я думаю...)

Расскажите, для чего нужно заниматься спортом? (Я думаю...)

Спортом нужно заниматься...)

А мы с вами сделаем зарядку, чтобы быть всегда бодрыми и веселыми.

Физкультминутка

Голова чтоб не болела,

Ей поворачиваем вправо-влево

(повороты головой вправо-влево)

А теперь руками крутим –

И для них разминка будет

(крутить или руки, или кисти)

Тянем наши ручки к небу,

(руки вверх)

В стороны разводим

(руки в стороны)

Наклоняемся легко,

Достаем руками пол

(наклониться и пытаться коснуться пола)

Потянули плечи, спинки,

(поднять плечи)

А теперь конец разминке!

(поезд)

Вот мы и доехали до Королевства Здоровья!

А теперь давайте посмотрим на картинки и попробуем рассказать, что на них изображено (отвечать полным предложением, несколько детей выходят и повторяют)

Нам пора возвращаться в группу, занимайте места в поезде. Следующая остановка группа «Ягодка»

II. Молодцы!

Ребята, где мы сегодня были?

Что важного вы запомнили?

Что такое здоровье?

Для чего его нужно сохранять и укреплять?

Для чего нужно вести ЗОЖ?