

Тема: «Путешествие в страну Здоровья»

*Подготовила:
Мишневa И.В., воспитатель*

Образовательная ситуация: «Путешествие в страну Здоровья» (старшая группа)

Образовательные области: «Физическое развитие», «Познавательное развитие»; «Речевое развитие»; «Социально-коммуникативное развитие».

Цель: Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Программные задачи:

Оздоровительные:

- дать детям общее представление о здоровье, как о ценности;
- научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
- помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно - гигиенических навыков;
- содействовать закаливанию организма.

Образовательные:

- развивать мелкую моторику, координацию движений;
- развивать навыки ходьбы по прямым дорожкам, ходьбы с перешагиванием предметов;
- развивать внимание, память, мышление;
- закреплять основные понятия: «личная гигиена», «здоровый образ жизни»;
- развивать умение выслушивать и понимать задание;
- пополнять словарный запас.

Воспитательные:

- воспитывать доброжелательные отношения к сверстникам в совместной деятельности;
- формировать основы культуры поведения;
- формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

Материалы и оборудование: клубочек, кукла, мягкая игрушка – Зайка, мыло, полотенце, массажные мячики (Су – Джок), таз с водой, дорожка со следами, коврик для закаливания.

Используемые оздоровительные технологии:

- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- массаж ладоней и пальцев рук.

Предварительная работа: беседы «Как надо мыть руки, лицо», «Как правильно пользоваться носовым платком».

Дидактические игры: «Кто как купается», «Кто умеет умываться».

Чтение: «Я мою руки» М. Яснов, «Девочка чумазая» А. Барто.

Рассматривание картины «Наша Маша маленькая».

Планируемые результаты: у детей обобщены и расширены общие представления о здоровье, как о ценности;

Дети ощущают потребность беречь свое здоровье и заботится о нем, сформирована привычка здорового образа жизни, и стойкие культурно - гигиенические навыки; сформированы положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

<i>Компоненты деятельности</i>	<i>Деятельность воспитателя</i>	<i>Деятельность детей</i>	<i>Материалы</i>
<i>Мотивационно-ориентировочный этап</i>	<p>Ребята, посмотрите, какой у меня есть клубочек. Он не простой, если на него сильно подуть, то он станет волшебным. Подуем?</p> <p>Воспитатель. Вставайте вокруг клубочка, носом глубоко вдохнули, ртом выдохнули, подули на клубочек.</p> <p>Воспитатель: Ой, клубочек нас куда-то зовёт. Ребята, я предлагаю отправиться за ним и посмотреть, куда же он нас приведёт.</p> <p>Эта дорожка – лесная тропинка по ней мы и пойдём.</p> <p>Воспитатель прокатывает клубочек по полу вперёд. Звучит музыка.</p> <p style="text-align: center;">Свежим воздухом дышите</p>	<p><i>Дети стоят полукругом</i></p> <p><i>проводится дыхательная гимнастика</i></p> <p><i>Дети идут по узкой дорожке, состоящей</i></p>	<p><i>Клубок</i></p> <p><i>Колонка, аудиозапись музыки</i></p>

	<p>По возможности всегда, На прогулки в лес ходите, Он вам силы даст друзья.</p>	<i>из цепочки следов</i>	
<i>Проблемный этап</i>	<p>Ребята, куда же мы с вами попали? Клубочек нас привёл в страну Здоровья. Чтобы быть здоровыми, крепкими и сильными нужно обязательно гулять на свежем воздухе. Ой, посмотрите, кто это там плачет? Это же кукла. Почему ты плачешь, куколка? /воспитатель обращается к кукле/ Кукла рассказывает, что она хотела поиграть с подружками, а они её не берут с собой играть. /воспитатель поворачивает куклу к детям/ Ребята, как вы думаете, почему подружки не взяли куклу с собой играть? Правильно ребята, кукла вся чумазая, ручки грязные. Ай, ай, ай! Как же быть, разве можно так ходить? Ах ты, девочка чумазая, где ты руки так измазала? Чёрные ладошки, на локтях дорожки.</p>	<i>Ответы детей</i>	<i>Кукла</i>
<i>Информационный этап</i>	<p>Воспитатель. А вы бы хотели быть похожими на куклу? -А играть с такой куклой хотите? Воспитатель. Ребята! Посмотрите, среди нас есть такие чумазые и грязные? - Молодцы. Ребятки, а что нужно сделать, чтобы лицо и ручки у куклы снова стали чистыми? - Правильно. А что нужно для того, чтобы умыть куклу? /если затрудняются, подсказать/. - Правильно, молодцы!</p>	<i>ответы детей</i>	<i>Кукла</i>

	<p>- Ну, что куколка, /обращается к кукле/, будем учить тебя умываться.</p> <p>- Ребятки, скажите, а какой водой мы умываемся, горячей, тёплой или холодной? /если затрудняются, подсказать/.</p> <p>-Правильно, тёплой водой.</p> <p>- Подойди Максим, потрогай воду в тазике, какая водичка? (тёплая)</p> <p>- И так водой тёплая в тазике есть, что ещё нужно нам для того, что бы смыть с куклы грязь? Конечно же, мыло и полотенце.</p> <p>Воспитатель. А как правильно умываться тебе ребята покажут. /проводится дидактическая игра с карточками «Что сначала, что потом/.</p> <p>- Чтобы быть здоровыми нужно еще выполнять правила личной гигиены.</p> <p>- Ребята нам пора отправляться дальше. Но, чтобы продолжить наше путешествие по стране Здоровья, мы должны зарядиться бодростью и энергией.</p> <p>- В этом нам поможет небольшая зарядка. Вы готовы? Тогда становитесь в круг.</p> <p style="text-align: center;">Ребята встали, улыбнулись, Выше к солнцу потянулись. Вправо, влево повернулись. Сели – встали, сели – встали И на месте побежали.</p> <p>Воспитатель. Молодцы, ребята. Гимнастика помогла нам зарядиться бодростью. Если вы каждый день будете делать зарядку, и будете заниматься физкультурой, то вырастете сильными и здоровыми.</p>	<p><i>Отвечают на вопросы</i></p> <p><i>Дети моют куклу</i></p> <p><i>Отвечают на вопросы</i></p> <p><i>Выполняют физминутку</i></p>	<p><i>таз с водой, мыло, полотенце</i></p>
--	---	--	--

	<p>Теперь мы можем продолжить наше путешествие. - Посмотрите вот следующая дорожка. Идти по ней нужно аккуратно, не наступать на «льдинки», иначе можно поскользнуться и упасть. На краю дорожки детей встречает Зайка. Зайка. – Здравствуйте, ребята! Как я рад, что вы пришли ко мне в гости! Я очень люблю играть – бегать, прыгать и скакать! А ещё у меня есть вот такие мячики. Они не простые, а волшебные. Они помогают нашему организму быть здоровым. Вы хотите поиграть с ними? Воспитатель: Этот мячик не простой Весь колючий, вот такой. Меж ладошками кладем. Им ладошки разотрем. Вверх и вниз его катаем Свои ручки разминаем. 1,2,3,4,5 – Всем пора нам отдыхать. - Ребята, с помощью волшебных мячиков, мы сделали массаж ладошек и пальчиков, а массаж нам нужен, чтобы мы не болели. Воспитатель: Зайчик, спасибо тебе за то, что ты поиграл с ребятами. За это мы хотим тебя угостить морковкой. Это тебе. Зайка: - Спасибо ребята, я сейчас с удовольствием съем морковку! /берёт морковку и собирается есть/ Воспитатель: - Подожди Зайка, не торопись! Разве ты не знаешь, что перед едой нужно мыть лапки!</p>	<p><i>Дети идут по дорожке между двух рядов «льдинок»</i></p> <p><i>Выполняют самомассаж ладоней и пальцев рук</i></p> <p><i>Угощают морковью зайца</i></p>	<p><i>дорожка со следами, коврик для закаливания</i></p> <p><i>Игрушка -Зайца,</i></p> <p><i>массажные мячики (Су – Джок)</i></p> <p><i>Морковь зайца</i></p>
--	---	---	---

	<p>Зайка: - Ой, я совсем про это забыл! Вместе с детьми воспитатель делает вывод: чтобы быть здоровыми нужно мыть руки перед едой, после улицы; Спасибо ребята, что напомнили. Я обязательно помою свои лапки мылом.</p> <p>Воспитатель: Для того чтобы быть здоровым, нужно не только гулять на свежем воздухе, нужно еще выполнять правила личной гигиены.</p> <p>Воспитатель: Наше путешествие по стране Здоровья закончилось, нам пора возвращаться в детский сад. Ребята, а где же наш волшебный клубочек? Глазки смотрят высоко, (посмотреть вверх) Глазки смотрят низко, (посмотреть вниз) Глазки смотрят далеко, (посмотреть в окно) Глазки смотрят близко (посмотреть друг на друга).</p> <p>Появляется клубочек.</p> <p>Воспитатель: Ребята, а вот и наш клубочек. Он нас приведет обратно в детский сад.</p> <p>Но пока мы с вами гуляли, все дорожки занесло снегом и поэтому, нам нужно пробираться через эти снежные сугробы.</p>	<p><i>Делают выводы и умозаключения</i></p> <p><i>выполняют гимнастику для глаз</i></p> <p><i>перешагивают через большие кубики</i></p>	<p>клубочек</p> <p><i>большие кубики</i></p>
<p><i>Рефлексивно-оценочный этап</i></p>	<p>Воспитатель: Ребята, скажите, пожалуйста, где мы с вами были? Кого мы встретили в стране Здоровья? Почему куклу не брали с собой играть? Скажете, что нужно делать, чтобы наше здоровье было в порядке? Что вам особенно запомнилось? Воспитатель: Каждый должен твердо знать: Здоровье надо сохранять. Будьте здоровы!</p>	<p><i>Ответы детей</i></p>	