

**Конспект занятия по познавательному развитию в старшей группе
Академики**

«Путешествие на Планету Здоровья»

Воспитатель: Шипицына Е.В.

Цель: Обогащать знание детей о здоровом образе жизни.

Программные цели: учить детей заботиться о своем здоровье; воспитывать желание всегда быть здоровыми, развивать образное мышление, устойчивое внимание, слуховую память, мелкую и общую моторику; формировать умение передавать эмоциональное состояние с помощью выразительных средств (жестов, мимики, интонации, через театрализованную деятельность)

Действующие лица: воспитатель, две девочки-инопланетянки, мальчик-микроб, дети старшей группы.

Ход занятия:

Воспитатель:

- Здравствуйте Ребята (дети хором здороваются) Дети я поздоровалась с вами и пожелала здоровья.

- А теперь вы пожелайте друг другу здоровья (все встают в круг и передают круглый предмет со словами: Здравствуй Слава, здравствуй Аня и т.д.)

- Я предлагаю отправиться в приключенческое путешествие. Хотите? (ответы детей)

- Тогда пожалуйста ответьте на вопрос! Как вы думаете, что значит быть здоровым? (быть сильным, не чихать, не кашлять, не болеть, закаляться, быть крепким, выносливым, есть больше фруктов, овощей.)

- Совершенно верно.

- Ребята, а это что такое лежит на столе? (письмо)

- Нам прислали письмо, давайте его внимательно рассмотрим. Смотрите письмо не обычное с каким-то гербом. Письмо пришло с «Планеты Здоровья»

(Открываю письмо, и показываю подробную карту маршрута до планеты здоровья которая лежало в нём. Карту прикрепляю к магнитной доске)

- Вот что написано в письме:

«Помогите! Спасите! На нас напали микробы!

- А кто нам скажет, что такое микроб?

- Ребята, а вы знаете еще что-нибудь про микробов? (ответы детей)

(Показываю микробов на картинке)

- Надо помочь нашим друзьям. Но планета здоровья находится очень далеко.

На чем мы можем туда отправиться? (ответы детей: на шаре, ракете, самолете)

- Полетели на ракете! (в группе стоит макет ракеты)

- У нас есть карта до самой планеты. Давайте ее расшифруем.

- В письме написано: «Пролетев шесть планет от земли вы встретите космическую станцию, пристыкуйтесь к ней и заправьтесь».

Давайте посчитаем и найдем ракету. Дальше пролетев две планеты третья будет ваша. Считаем. Каким цветом планета? (розовым).И каким цветом ее обвели. (желтым)

- Карту мы расшифровали, пора отправляться в путь. Вы готовы к приключениям (ответы детей) Но что такое дверь в ракету не открывается. Давайте откроем замок.

Пальчиковая гимнастика

Начинаем колдовать

Двери в космос открывать

Хоть замочек очень крепкий

Металлический и цепкий

Мы его сперва покрутим

А потом три раза дунем

Покачаем – раз, два, три

Дверь, замочек отомкни

Двери открываются

Путешествие начинается.

Приготовились? Взлетаем!

- Наша ракета набирает скорость (дети быстро идут по кругу, руки на голове в виде крыши)

- Давайте считать пролетающие мимо планеты как показано на карте т. е. до шести (дети считают до шести)

- Ой, ребята, что такое? Мы, кажется мы попали в невесомость. Наши тела стали легкими, легкими. Движение рук плавными и медленными. Мы как будто парим в воздухе (дети расставив руки как будто парят)

- А вот и обещанная ракета заправщик давайте пристыкуемся и заправимся (дети останавливаются)

- Летим дальше, вспоминайте какая наша по счету планета от заправщика (третья)

Наша ракета приземляется. Выходите! (показываю картинку планет здоровья, на картинке прикрепленную к доске)

Посмотрите вокруг : вправо- влево, вверх – вниз.

- Ребята, давайте покажем эмоции:

- сначала мы испугались потому, что планета нам не знакома; (дети показывают эмоцию испуга):

- восхитились потому, что может встретим своих друзей (дети показывают эмоцию радости):

– потом мы нахмурились, что может встретим своих врагов (дети хмурятся)

Воспитатель:

- Ребята, как странно, что нас никто не встречает. Как вы думаете почему?

(ответы детей)

- Может все жители планеты заболели и не могут встретить нас?

- Посмотрите ребята, что это такое ? (ответы детей-это фотография закрытых глаз)

- А как вы думаете, почему они закрыты? (ответы детей-они спят или отдыхают, заболели или устали)

- Ребята наверно это проделки хитрых и коварных микробов.

- Как вы думаете, что надо делать, чтобы глаза никогда не болели? (ответы детей)

- **Предлагаю поиграть в игру** «Что полезно и что вредно для глаз»

(Дети отвечают на вопросы)

- тереть глаза грязными руками; (вредно)

- читать в транспорте: (вредно)

- вытирать глаза чистым платком: (полезно)

- читать лежа в постели: (вредно)

- смотреть телевизор, сидя близко к экрану: (вредно)

- читать за столом в хорошо освещенной комнате: (полезно)

- смотреть телевизор на нормальном расстоянии от экрана: (полезно)

- промывать глаза грязной водой: (вредно)

- Совершенно верно, вы правильно ответили.

- Но кто это? (входят две девочки и мальчик-микроб)

Девочки-инопланетянки с короной на голове в виде герба Планеты Здоровья держась за животы входят в группу и говорят:

- Мы руки забыли помыть и у нас заболели животы.

Мальчик-микроб:

- А я хитрый и коварный микроб.

Как живёте, как животик?

Не болит ли голова? Ха ха ха.

- Никогда вы меня не прогоните с этой планеты, а если прогоните я буду завоёвывать другие, ха-ха-ха.

- Как же нам помочь девочкам?

- Давайте мы скажем: «Ну ка раз, ну ка два! Уходи, Микроб, от нас!» (дети повторяют слова)

- Не уходит просто так, нужно все правило гигиены назвать.

- Кто скажет правило гигиены (дети говорят правила-мыть руки перед едой и после туалета, мыть фрукты и овощи, чистить зубы и т. д.)

Воспитатель:

- Знаете, что еще полезно для глаз? Это - тренировки. Глаза полезно тренировать. Я предлагаю сделать гимнастику для глаз которая называется «Бабочка»

Бабочку мы в руки взяли

С ней немножко поиграем,

Вдаль на бабочку смотри

Близко к носу поднеси.

Бабочки вправо полетели

Дети вправо посмотрели

Бабочки влево полетели

Дети влево посмотрели

Бабочки порхают

Детки глазками моргают

Раз-два-три – глаза закрой

Раз-два-три – глаза открой

(Дети повторяют движения за воспитателем по сюжету гимнастики)

- Ребята, посмотрите, а глаза то открываются, волшебство, глазки совсем открылись. Вы просто молодцы (показываю иллюстрацию открытых глаз прикрепляю к магнитной доске)

Воспитатель:

- Смотрите, кто то раскидал картинки. Это наверное проделки микроба.

Мальчик микроб: да мои, ха,ха,ха.

Воспитатель:

- А теперь посмотрите что нарисовано на этой картинке? (ответы детей-это сердце) - Правильно. А где у вас находится сердце? (ответы детей-с левой стороны)

- Кто нам может нам о нем рассказать? (ответы детей)

- Как вы думаете что нужно делать, чтобы сердце никогда не болело? (много двигаться, ездить на велосипеде, плавать, правильно питаться, есть много фруктов и овощей. Потому что в овощах и фруктах много витаминов)

- Какие вы знаете витамины? (Ответы детей- А, Б, С, Д)

- Давайте по командам соберем картинки овощей и фруктов. (Дети собирают пазлы за столами)

- Давайте покажем жителям «Планеты Здоровья», как мы по утрам делаем зарядку и на всегда прогоним приставучего микроба. (Делаем зарядку, выбираю ведущих)

Воспитатель:

- Ну что девочки-инопланетянки, вам стало лучше?

Девочки-инопланетянки:

- Да, нам уже совсем стало лучше и мы теперь будем всегда мыть руки когда надо, по утрам делать зарядку, хорошо кушать. Спасибо вам, что вы прилетели и спасли нас.

Воспитатель:

- А еще ребята знаете, что полезно делать по утрам? (ответы детей-зарядку)

- Что бы микроб совсем от всех отстал, давай те сделаем зарядку (ответы детей)

- Давайте покажем жителям «Планеты Здоровья», как мы по утрам делаем зарядку и на всегда прогоним приставучего микроба (выбираю ведущих для зарядки, дети делают зарядку)

Мальчик-микроб:

- Всё я больше не могу здесь находиться, мне плохо. (Уходит быстрым шагом)

Итог занятия:

Воспитатель:

- Вот мы и прогнали микроба, прошли и все испытания.

- О чем мы говорили на занятии? (о здоровье, микробах и т.д.)

- Как вы думаете мы помогли жителям «Планеты здоровья» избавиться от микробов? (да)

- Какую мы делали гимнастику кроме обычной? (для глаз)

- Мне тоже очень понравились ваши ответы и как вы работали на занятии. А жители Планеты Здоровья говорят вам спасибо за то, что прогнали микроба с их Планеты Здоровья и дарят вам раскраски. Раскрасьте их дома, покажите родителям, расскажите где вы сегодня побывали и что видели.

- Дети давайте попрощаемся с этой планетой и полетим домой.

- До свидания.

