Тема : «В гости к Здоровейке »

(старшая группа)

Задачи:

1.Расширить представления детей о ЗОЖ

2.Закрепить знания о здоровых продуктах, занятиями спортом, правила личной гигиены.

3.Развитие логического мышления, памяти , связной речи.

4.Прививать желание заботиться о своем здоровье.

Ход занятия:

В группе появляется герой . -Ребята, к нам пришел гость. Поприветствуем его.

-Как вы думаете, что обозначает слово «Здравствуйте»?(ответы детей)

-Это слово означает «желать здравия».

- Здравстуйте, ребята, я Здоровейка.

-Подскажите, кто из вас моет руки перед едой?-А любит чипсы?

Приглашаю вас поиграть со мной..

-Ребята ,послушайте сказку

В одной стране жили люди.Они не хотели умываться, чистить зубы, мыть руки, стирать одежду. Среди них жил странный мальчик, о котором вы сейчас послушаете правдивую историю.

Жил на свете мальчик странный-

Просыпался поутру

И бежал скорее в ванну

Умываться. Я не вру.

Руки мыл зачем-то с мылом,

А лицо мочалкой тёр…

На руках все пальцы смыл он,

Щёки в дырах до сих пор.

Сыну мама запретила

Умываться по утрам,

Убрала подальше мыло,

Перекрыла в ванной кран.

Мальчик этот был упрямый,

Маму слушать не хотел.

Умывался по утрам он

И, конечно, заболел.

Тут к нему позвали разных

Самых лучших докторов.

И диагноз был таков:

«Если мальчик будет грязным-

Будет он всегда здоров.

-Ребята, возможно ли такое?

-Какой мальчик в этом стихотворении? Правильно он соблюдал правила гигены?( ответы детей)

-Расскажите, как нужно соблюдать правила гигиены.

Физкультминутка:  Отдых наш-физкультминутка.

Занимай свои места:

         Раз - присели, два - привстали

         Руки к верху все подняли.

         Сели, встали, сели, встали –

         Ванькой –  встанькой  словно встали.

         А потом пустились   вскачь,

         Будто мой упругий мяч.

-Посмотрите,что это за картинки?(на доске размещены иллюстрации с полезными и вредными продуктами)

-Разложим их по группам (дети выполняют)

-А какие из этих продуктов вы любите?

-Молодцы, нужно питаться только

полезными фруктами и овощами,есть молочные продукты и т.п

-А теперь отгадайте загадки (ответы с элементами имтирования)

Болеть мне некогда, друзья,  
В футбол, хоккей играю я.  
И очень я собою горд,  
Что дарит мне здоровье…  
(Спорт)

Если бросить, он подскочит.  
Бросишь снова, мчится вскачь,  
Ну, конечно – это….  
(Мяч)  
На белом просторе  
Две ровные строчки,  
А рядом бегут  
Запятые да точка(лыжня)

Позабудь ты про компьютер.  
Беги на улицу гулять.  
Для детей полезно очень  
Свежим воздухом…  
(Дышать)  
Кто тот снаряд спортивный крутит,  
Тот очень стройным скоро будет.  
(Обруч)

Этот конь не ест овса,  
Вместо ног – два колеса.  
Сядь верхом и мчись на нем,  
Только лучше правь рулем.  
(Велосипед)

*-* Молодцы .Вы все верно угадали.Дак, что нужно еще для того, чтобы быть здоровыми?Постоянные занятия физкультурой очень полезны

Рефлексия . Здоровейка : -Ребята, вы сегодня много узнали о здоровье, и я вижу на ваших лицах улыбку. А ведь улыбка - это залог хорошего настроения. Так мы дарим друг другу здоровье и радость. А угрюмый, злой человек может принести нам здоровье?

- Так давайте же подарим друг другу свои улыбки и хорошее настроение.

- Доброго вам всем здоровья!До свидания!