

**Тема: «Семь гномов в поисках здоровья»**

**Дата проведения:** 13 апреля 2016 года

**Воспитатели:** Венгерова Марина Ильинична, Егорова Анна Николаевна

**Группа:** подготовительная к школе группа №8

**Форма организованной образовательной деятельности:** игра-путешествие.

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие».

**Программное содержание.**

**Цель:** создавать условия для формирования начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формирование умения самостоятельно соблюдать установленный режим дня, с удовольствием совершать гигиенические процедуры; воспитание культурно-гигиенических навыков (умение пользоваться предметами личной гигиены, следить за внешним видом, умываться, одеваться);
- расширение представлений об особенностях функционирования и целостности организма; продолжать работу по обогащению словарного запаса по теме «Части тела», «Органы чувств»;
- формирование представлений о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать физические упражнения для укрепления органов и систем;
- расширение представлений детей о рациональном питании (объеме пищи, разнообразии в питании);
- формирование первичных представлений о безопасном поведении в быту, социуме, природе.

**Развивающие:**

- развитие познавательного интереса, мыслительной активности, воображения;
- совершенствовать умение описывать сюжетные картинки и предметы.

### **Воспитательные:**

- воспитание осознанного отношения к выполнению правил безопасности;
- формирование таких качеств, как сочувствие, отзывчивость, справедливость, скромность.

### **Методы, приёмы, технологии:**

- **словесные:** рассказ, беседа, чтение художественных произведений (стихотворений);
- **наглядные:** зрительное рассматривание иллюстраций, наглядных пособий.
- **практические:** подражательные упражнения, моделирование.
- **игровые:** дидактические игры, воображаемые ситуации.

**Виды детской деятельности:** игровая, двигательная, продуктивная, восприятие художественной литературы, коммуникативная, познавательно-исследовательская.

### **Предварительная работа:**

рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни», чтение художественной литературы, чтение пословиц, поговорок, загадок, оформление стенгазеты.

**Оборудование и материалы:** 7 плоскостных фигур гномов, набор картинок «Режим дня», мешочек с предметами личной гигиены (мыло, расческа, зубная щетка, зубная паста, полотенце, носовой платок, зеркало, мочалка); корзина с продуктами, 3 подноса, картинки с изображением продуктов питания; письмо Умника, кроссворд «Внутренние органы и органы чувств»; набор сюжетны картинок «Будь осторожен»; ребристая дощечка, массажный коврик.

## **Ход организованной образовательной деятельности**

Дети входят в группу под музыку \_\_\_\_\_.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, сколько гостей в нашей группе. Давайте поздороваемся.

Воспитатель: Здравствуйте! При встрече люди обычно говорят это хорошее, добре слово, желая другу здоровья. Ребята, а кто из вас может ответить, что такое здоровье?

Дети: Здоровье – это сила.

Это красота.

Это то, что человек должен беречь.

Это самое большое богатство.

Воспитатель: Ребята, а вы обратили внимание, какая хорошая сегодня погода! Как ярко светит солнышко! Какое радостное и доброе настроение дарит оно всем людям. Именно в такие дни и происходят таинственные превращения. Вдруг чудо где-то рядом? Давайте закроем глаза и прислушаемся.

Звучит музыка \_\_\_\_\_.

Воспитатель: Сказка, двери нам открой!  
Позови ребят с собой!  
Глазки дружно открывайте,  
Что за сказка отгадайте.

Дети: «Белоснежка и 7 гномов».

Воспитатель: А вы хотите узнать, как живут эти сказочные гномы? Тогда слушайте.

Как-то раннею порой  
Шли семь гномиков домой.  
Шли они без настроенья,  
Хоть любили все веселье.  
В чем причина подскажите?  
В чем секрет?  
Кто подскажет нам ответ?

Звучит музыка. Выходит Белоснежка.

Белоснежка: Здравствуйте, мои друзья!  
К вам спешила очень я,

Ведь у нас в лесу несчастье:  
Одолели нас напасти!  
Мои гномы заболели:  
Не встают они с постели,  
Зубы чистить перестали,  
Руки мыть они не стали.  
Позже всех ложатся спать,  
Кровать не могут заправлять,  
Зарядку делать ленятся.  
Я верю, все изменится!  
Помогите нам, ребята,  
Очень нужен ваш совет.  
Как вернуть здоровье гномам?  
Вы ведь знаете ответ?

Воспитатель: Послушай, Белоснежка, как у нас в саду  
Мальчики и девочки любят чистоту?  
Как умеют дети спортом заниматься?  
Могут ли все дети правильно питаться?  
Умываться, одеваться  
И конечно, улыбаться?

Ну что, дети, поможем Белоснежке в воспитании гномов?

Дети: ДА!

Воспитатель: Что же нужно делать, чтобы быть здоровым?

Дети:  
Вовремя ложиться спать,  
На ночь не переедать.

Ну а утром не лениться –  
На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,  
С детства правильно питаться.

Закаляться и тогда  
Не страшна тебе хандра!

Воспитатель: Ну вот мы и вспомнили простые правила здоровья. А теперь давайте расскажем о них гномам.

Отправляемся мы в лес,  
Где полным-полно чудес!  
Гномов будем мы учить,

Как здоровым нужно быть!

Воспитатель: Веди нас, Белоснежка, к своим друзьям.

Белоснежка:

Перед нами Сонный луг,  
Здесь живет мой первый друг.  
Соня – наш чудесный гномик –  
Перепутал день и ночь.  
Он играет среди ночи,  
А с утра поспать не прочь.

Воспитатель: Ребята, давайте поможем гному Соне разобраться с режимом дня. Нам с вами нужно выбрать по одной картинке и выстроиться так, чтобы получился верный распорядок дня, который помогает нам оставаться здоровыми.

Дети по очереди читают стихи про режим дня:

Это время нам знакомо,  
Это время – для подъема.

На зарядку, как зайчата,  
После сна бегут ребята.

Умывайся, не ленись,  
Чистым завтракать садись.

Будем в садике стараться,  
Чтобы лучше заниматься,  
Много нового узнать,  
Научиться рисовать.

Это время не для булок,  
Это время для прогулок.  
На крылечке у дверей  
Мы покормим голубей.  
А потом возьмем лопатки  
И в саду вскопаем грядки.

Это время – для обеда,  
Значит нам за стол пора.  
Прекращается беседа,  
Прекращается игра.

Это время тишины.  
Все мы это знать должны,  
Потому что в этот час  
Снова ждут подушки нас.  
А на краешке подушки  
Ждут любимые игрушки.

Это время простокваш,  
В это время – полдник наш.

После полдника опять  
Мы отправимся гулять (играть).

Вот и мамочка пришла,  
Значит, нам домой пора.

В небесах луна плывет,  
Мама ужинать зовет.

Ну, а к десяти часам  
Я ко сну готовлюсь сам.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Правильно расположили все картинки. И теперь Соня точно знает, когда ему просыпаться, а когда ложиться спать, когда кушать, а когда умываться. Веди нас дальше, Белоснежка.

Белоснежка:  
В озере блестит вода,  
Устремимся все туда.  
Чистоты источник в нем,  
Здесь живет второй мой гном.  
А второй мой друг Чистюля  
Превращается в грязнулю.  
С гигиеной он не дружит,  
А вокруг микробы кружат.  
Я боюсь, он заболеет:  
Гномик с каждым днем слабеет.

Воспитатель: Ребята, чем же можем вылечить гномика Чистюлю?  
У меня есть волшебный мешок, который ему поможет.  
Давайте, попробуем угадать, что в нем находится.

### Игра «Волшебный мешочек»

В мешочке лежат предметы личной гигиены. Каждый ребенок выбирает на ощупь в мешочке один предмет и описывает его, не называя. Все остальные участники должны угадать, что это за предмет.

1. Мыло. Гладкое, душистое, моет чисто. Мы им руки моем после прогулки и перед едой.
2. Расческа. Это предмет личной гигиены для ухода за волосами. Мамы с помошь. Нее делают девочкам прически.
3. Зубная щетка. С длинной ручкой, на конце щетинки, она щекочет во рту. Нужна для ухода за зубами и языком.
4. Полотенце. Оно мягкое, пушистое. Мы им вытираем руки, лицо и все тело.
5. Носовой платок. Это маленький кусочек ткани. Он нужен для того, чтобы высморкаться или вытереть слезы.
6. Мочалка. Мы ее намыливаем и растираем все тело, чтобы на нем не скапливалась грязь.
7. Зеркало. В нем мы видим свое отражением и всё, что нас окружает.
8. Зубная паста. Она бывает клубничная и банановая, а у взрослых мятная или травяная. Она лучшая подружка зубной щетки.

Воспитатель: Только мало знать названия и назначение этих предметов. Что еще нужно помнить, чтобы быть здоровым?

Дети:

Чистить зубы 2 раза в день.

Каждый день мыть руки после прогулки и перед едой.

Регулярно проветривать свою комнату.

При чихании закрывать рот носовым платком.

Расчесывать волосы не менее 3 раз в день.

Принимать водные процедуры перед сном.

Следить за чистотой и опрятностью своих вещей.

Одеваться по погоде.

Не трогать на улице бродячих собак и кошек.

Воспитатель: Вот мы и спасли Чистюлю от превращения в грязнулю. Веди нас дальше, Белоснежка.

Белоснежка:

Поспешим скорее дальше,

Гномы встречи очень ждут.

На спортивную тропинку,

К Силачу мы держим путь.

Воспитатель: Что мы видим с вами, дети?

Гном Силач – а силы нет!  
Видимо с утра на завтрак  
Гномик переел конфет.  
Мы ему покажем дружно,  
Как зарядку делать нужно.  
В круг скорее становитесь,  
Повторяйте!  
Не ленитесь!  
Физминутка под музыку.

Воспитатель: Вот и кончилась зарядка!  
Стали мы еще сильней!  
И о пользе физкультуры  
Ты, Силач, узнай скорей!  
Ребята, расскажите гному, для чего нужна физкультура?

Дети: Для того чтобы быть сильным, активным, быстрым, ловким, сохранить красоту и поддерживать здоровье.

Воспитатель: Белоснежка, а ведь еще вчера Силач вместо упражнений кушал только сладости. Ты не знаешь, кто его этому научил?

Белоснежка: Конечно, знаю. Это мой друг гномик Обжорка.  
В сад волшебный, полный фруктов,  
Овощей, других продуктов  
Гном Обжорка нас зовет.  
Он за день съедает столько,  
Что потом болит живот.

Воспитатель: Поспешим к нему скорее,  
Чтобы не было беды,  
Ведь в лесу с утра пораньше  
Он набрал мешок еды.  
Чипсы, сникерс, кока-колу  
Он с собою прихватил.  
А о пище о здоровой  
Гномик наш совсем забыл.  
Давайте, дети, дружно  
Расскажем мы ему,  
Что нужно людям кушать  
Полезную еду!

Воспитатель: Сейчас я буду показывать вам картинки с изображением продуктов питания. Если вы считаете этот продукт полезным для здоровья – хлопайте в ладоши! Если этот продукт вреден – топаем ногами!

Воспитатель: А сейчас давайте покажем гномику Обжорке, как надо правильно питаться. Вот корзина с продуктами, которую принес наш гном. Перед вами три подноса. На первый поднос нужно положить продукты, которые полезные для здоровья, их желательно есть каждую неделю. На второй поднос нужно положить те продукты, которые можно есть регулярно, но по чуть-чуть, небольшими порциями. На третий поднос мы положим те продукты, которые вредны для организма, их лучше есть редко и маленькими порциями. Задание понятно? Приступаем!

Звучит музыка \_\_\_\_\_.

Воспитатель: Посмотри. Белоснежка, как ребята справились с заданием. Теперь Обжорке понятно, как нужно питаться, чтобы быть здоровым? Веди нас дальше.

Белоснежка:

Впереди пенек раздумий,  
Здесь гостей встречает Умник.  
Что-то я его не вижу.

Ой, письмо! Что он там пишет? (передает письмо воспитателю)

Воспитатель (читает письмо):

*Уважаемые дети!  
Я пишу для вас письмо.  
Как писать уже не помню!  
Буквы позабыл давно!  
Для чего мне голова,  
Вспомнил я едва-едва.  
И внутри болит и колет.  
Меня что-то беспокоит.  
Что болит, не знаю сам.  
Помогите вспомнить нам.*

Воспитатель: Ребята, гномик совсем позабыл, как органы и части тела называются и где они находятся. Если вы поможете разгадать этот кроссворд, что все станет на свои места.

			Я	З	Ы	К			
C	E	R	D	Z	Ц	E			
			M	O	З	G			
		K	P	O	B	Ь			

			К	О	Ж	А			
			В	О	Л	О	С	Ы	
П	А	Л	Ь	Ц	Ы				
	С	К	Е	Л	Е	Т			

Вопросы к кроссворду:

1. У кого из нас его нет, тот не сможет дать ответ.
2. «Тук-тук-тук» мотор стучит. Пульс пощупать нам велит.
3. Орган главный. Ум дает. Кто его нам назовет?
4. Жидкость, которая несет по всему организму питательные вещества.
5. Мы в нее зимой и летом с головы до ног одеты. Даже ночью снять не можем, потому что это...
6. На голове они растут. Косы все из них плетут.
7. По 5 на каждой руке, по 5 на каждой ноге.
8. Что поддерживает наше тело и отвечает за осанку.

После того, как дети отгадали орган или часть тела. Воспитатель спрашивает, как нужно за этим органом ухаживать, как его нужно беречь.

Воспитатель: Ребята, кто умеет читать, пусть прочитает нам слово, которое выделено красным цветом. Что у вас получилось? Значит, если мы будем заботиться о каждом нашем органе, то долгое время будем здоровыми. Куда мы дальше пойдем, Белоснежка?

Белоснежка:

Приглашаю перейти мостик осторожности,  
Обережке надо нам напомнить о возможностях:  
Сохранить здоровье может только тот,  
Кто о безопасности помнит круглый год.

Воспитатель: Ребята, давайте напомним Обережке, как нужно себя вести дома и на улице. А помогут нам карточки-подсказки. Что на них изображено? Правильно поступают эти дети? Почему вы так решили?

Белоснежка:

Всех мы гномов посетили,  
Только одного забыли  
По прозванию Весельчак,  
Но в глазах его печаль,  
Грусть его одолевает.  
Гномик наш заболевает.

Воспитатель: А ведь хорошее настроение тоже необходимо нам для крепкого здоровья. А для того, чтобы поднялось настроение иногда достаточно просто

улыбнуться! Давайте подарим друг другу улыбки и споем песню для гномика Весельчака, чтобы он улыбнулся вместе с нами.

### Песня «От улыбки»

Белоснежка:  
В нашем сказочном лесу  
Снова слышен звонкий смех.  
Наши гномики здоровы  
И благодарят вас всех!

Белоснежка вручает детям сувениры.

Воспитатель: Спасибо тебе, Белоснежка! Сегодня мы вместе с тобой и твоими друзьями вспомнили, как нужно сохранять и преумножать свое здоровье! Дети, давайте скажем Белоснежке: «Спасибо! И до новых встреч!»

Дети прощаются. Белоснежка уходит. Звучит музыка \_\_\_\_\_.

Воспитатель: Что же нужно делать, чтобы быть здоровым?

Дети:  
Каждый твердо должен знать:  
Здоровье надо сохранять

Нужно правильно питать,  
Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,  
Зубы чистить, закаляться  
И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире  
Долго-долго будут жить.

Помните, здоровье наше  
В магазине не купить!

Воспитатель: Ребята, давайте поблагодарим наших гостей за внимание и тоже вручим им небольшие сувениры для укрепления здоровья.

Дети под музыку вручают сувениры гостям, прощаются, выходят из группового помещения.