Конспект организованной образовательной деятельности в старшей группе по экологии на тему: «Как люди заботятся о своём здоровье весной?»

Форма проведения организованной образовательной деятельности: игра-путешествие.

Цель: Систематизация знаний детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

Воспитательные: воспитывать у детей правильное отношение к своему здоровью. **Образовательные**: формировать представления детей о том, что здоровье - главная ценность человеческой жизни; расширять знания о том, что полезно и что вредно для здоровья.

Развивающие: развивать умение заботиться о своём здоровье.

Предварительная работа: Беседы с детьми: «Что такое здоровье?», «Как необходимо укреплять свой организм весной?», «Где живут витамины?», «Витамины укрепляют организм», иллюстраций, чтение художественных произведений К.И. Чуковского «Айболит», Мойдодыр», посадка и выращивание с детьми зелёного лука.

Ход организованной образовательной деятельности

I. Вводная часть. Организационный этап.

Воспитатель обращается к детям.

Воспитатель: Друг другу улыбнёмся.

И я вам улыбнулась. От наших улыбок стало радостнее и теплее.

II. Основная часть.

Воспитатель: И сегодня, ребята, мы с вами поговорим о здоровье и о том, как надо заботиться о своём здоровье весной.

Воспитатель: Ребята, здоровый человек это какой человек, как вы думаете?

Дети: Это человек крепкий, сильный, никогда не болеет.

Воспитатель: Правильно, ребята. И своё здоровье надо беречь и заботиться о нём.

Воспитатель: А когда человек улыбается и у него хорошее настроение, значит этот человек – здоров. Здоровье для человека – это самая главная ценность. Его не купишь нигде и ни за какие деньги.

II. Основная часть

Воспитатель: И сегодня, ребята, мы с вами поговорим о здоровье и о том, как надо заботиться о своём здоровье весной.

Воспитатель: Ребята, а что такое здоровье, как вы думаете?

Дети: Это когда человек крепкий, сильный, никогда не болеет.

Воспитатель: Правильно, ребята. И своё здоровье надо беречь и заботиться о нём.

Воспитатель: Весной ребята, особенно нужно беречь своё здоровье, ведь организм наш после зимы, какой?

Дети: Ослабленный.

Воспитатель: Всё верно. А почему?

Дети: Потому что не хватало витаминов, солнца.

Воспитатель: А если нам не хватает витаминов, то мы можем, ребята….
Дети: Заболеть.
Воспитатель: Правильно. И тогда нам придётся обращаться к доктору.
Сюрпризный момент.
Стук в дверь (приносят письмо).
Воспитатель: Ой, ребята, нам прислали письмо, интересно от кого оно? Сейчас мы его прочитаем.
Воспитатель открывает письмо и зачитает его.
Ребята, здесь загадка. Если мы её отгадаем, то, конечно же, узнаем от кого это письмо.
Лечит маленьких детей.
Лечит птичек и зверей.
Сквозь очки свои глядит.
Добрый доктор…..
Дети: Айболит.
Воспитатель: Интересно, что же он нам пишет - добрый доктор Айболит. Прочитаем? Слушаем внимательно.
Внимание! Внимание! Спешу вам сообщить. Сегодня в путешествие хочу вас пригласить! За морями, за лесами, есть огромная страна. Страною «Здоровья» зовётся она. Вас ждёт там много интересного и удивительного. На каждой станции, вам необходимо будет выполнить задания. Выполнив все задания, вы непременно узнаете секреты здоровья. А в конце вашего путешествия, вас ждёт сюрприз! Будьте активными и дисциплинированными. В дороге вам поможет мой ковёр-самолёт и карта путешествия. Спешите! Ваш - доктор Айболит.
Воспитатель: Ребята, вы хотите побывать в этой волшебной стране?
Дети: Да.
Воспитатель: Тогда отправляемся в путь!
Вот ковёр - самолёт.
Он в страну повезёт.
На него ты вставай.
И глаза закрывай.
Звучит музыка.
Воспитатель: Ребята, встаньте все на ковёр-самолёт, возьмитесь за руки, закройте глаза и повторяйте за мной слова:
«На ковре-самолете мы летим,
Страну «Здоровья» увидеть хотим.
Мы летим над полями. Мы летим над морями.
Всё ближе и ближе, она перед нами.
(Звучит волшебная музыка)
Воспитатель: Ковёр-самолёт медленно опускается на Землю. Мы прилетели. Вот и волшебная страна Здоровья. А вот и карта путешествия. Здесь указаны цифрами пункты назначения, в которых мы должны с вами побывать ребята. И так, начинаем открывать.
Первая станция - «Не-болейка».

Здесь нам предлагают выполнить массаж для профилактики простудных заболеваний.
Воспитатель: Ребята, повторяем за мной все движения.
Чтобы горло не болело, мы погладим его смело (поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)
Чтоб не кашлять, не чихать надо носик растирать (указательными пальцами растирают крылья носа)
Лоб мы тоже разотрём, ладошку держим козырьком (прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны - вместе)
Вилку пальчиками сделай - массируй ушки, ты умело (раздвигают указательные и средние пальцы и растирают точки перед ушами и за ними)
Знаем, знаем, да-да-да нам простуда не страшна (потирают ладони).
Воспитатель: Молодцы, ребята! Отправляемся дальше в путешествие по стране «Здоровья».
Вторая станция «Чистюля».
А где же здесь задания?.. Так здесь посылка! Интересно, от кого она?
Все Чуковского читали.
И меня давно узнали!
Я - великий умывальник,
Знаменитый Мойдодыр.
Умывальников начальник
И мочалок командир.
Воспитатель: Мойдодыр прислал нам ребята посылку. А что же интересно посмотрим.
(Дети по очереди, достают из посылки предметы и рассказывают, что ими делают: мыло, носовой платок, зубную щётку, зубную пасту, полотенце, расчёску для волос, мочалку, зеркало, ножницы*)*
Воспитатель: Вот такие полезные предметы передал нам Мойдодыр, чтобы мы были чистыми, здоровыми и красивыми.
Воспитатель: Ребята, а как можно назвать все эти предметы?
Дети: Предметы личной гигиены.
Воспитатель: Правильно. И эти предметы личной гигиены, помогают поддерживать чистоту. «Чисто жить - здоровым быть» - запомните ребята! Всех важнее - чистота, от болезней защищает нас она. И недаром говорят в народе: «Чистота - залог здоровья».
Воспитатель: Давайте поиграем в игру, какими предметами можно пользоваться всем вместе, то есть какими предметами могут пользоваться все люди, и какими индивидуально, то есть только по одному. Приготовьте ладошки, не забудьте, хлопать нужно тогда, когда услышите название личных предметов.
Игра «можно – нельзя»:
полотенце... - карандаши...
кисточка... - носовой платок...
зубная щетка... - книга...
расческа... - игрушки...

Воспитатель: Молодцы, ребята, справились с заданием. Отправляемся на следующую станцию, под какой цифрой?
Дети: Под цифрой 3.
Третья станция - это «Спортивный городок».
Ребята, а что нужно делать, чтобы быть сильными, ловкими, здоровыми?
Дети: Заниматься спортом.
Воспитатель: Правильно, надо заниматься спортом, как можно больше двигаться. Приучай себя к порядку,
Делай каждый день зарядку,
Смейся веселее,
Будешь здоровее.
Воспитатель: Впрочем, что это я, уговариваю вас дружить с физкультурой? Ведь вы с ней и так дружите.
Воспитатель: И сейчас настало время показать, как мы это делаем.
Физкультминутка..
Каждый день по утрам делаем зарядку
Очень нравится нам делать всё по порядку:
Весело шагать: *(ходьба),*
Руки поднимать *(руки вверх)*,
Для здоровья, настроенья - *(повороты туловища влево - вправо)*
Делаем мы упражненья: *(рывки руками перед грудью)*
Руки вверх и руки вниз, *(рывки руками поочерёдно вверх-вниз)*
На носочки поднялись *(поднялись на носочки)*
То присели, то нагнулись *(присели, нагнулись)*
И конечно, улыбнулись *(хлопки в ладоши)*
Воспитатель: Давайте все вместе произнесём фразу: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке. (*Дети вместе с воспитателем произносят фразу).*
Воспитатель: А мы продолжаем наше путешествие и отправляемся на следующую станцию, под какой цифрой, ребята?
Дети: под цифрой 4.
Воспитатель: Всё верно. Четвертая станция - «Город правильного питания».
Воспитатель: Ребята, вы знаете, есть продукты полезные, есть продукты вкусные, но они могут быть не очень полезными для вашего организма, а есть продукты вредные.
Воспитатель: Ребята, как вы думаете, какие продукты любят в стране Здоровья?
Дети: Овощи, фрукты, молочные продукты.
Воспитатель: Правильно, молодцы!
Воспитатель: Прочитаем задание, которое нам необходимо выполнить на этой станции. Сегодня, в «Город правильного питания» по ошибке были завезены, не только полезные продукты, но и вредные. Ваша задача: выбрать из них только полезные продукты для жителей волшебной страны Здоровья.
(На столе разложены картинки разных продуктов: молоко, чипсы, жевательная резинка, конфеты, пирожное, яблоки, груши, апельсины, морковь, капуста, пепси-кола, молоко).

Дети по очереди, набирают только полезные продукты. Затем проверяется, делается анализ, правильно ли они сделали выбор*)*
Чтоб здоровым быть,
Учтите вы заранее,
Что всем необходимо
Полезное питание.
И помните об этом,
Идя по магазинам,
Не сладости ищите –
Ищите витамины.
Воспитатель: А теперь поиграем в игру, которая называется «Полезно - вредно». Я буду называть продукты, а вы - на полезные продукты будете хлопать в ладоши, а на вредные - топать ногами.
Воспитатель: Будьте внимательны.
Капуста - морковь
Конфеты - торт
Яблоки - жевательная резинка
Груши - чипсы
Воспитатель: Молодцы! Какие вы внимательные.
Воспитатель: А нас ждёт следующая станция. Под цифрой….
Дети: 5.
Воспитатель: Мы попали ребята с вами в «**Витаминный город».**
Воспитатель:
На улице весна, а мы устали,
Но почему, что происходит с нами?
Ручьи бегут, и снег последний тает,
А нам опять чего-то не хватает.
Ребёнок:
Наверное, надо кушать витамины.
Не только апельсины, мандарины,
Но и морковку, свёклу и капусту,
Тогда уже не будет нам так грустно.
Воспитатель: Верно. Ребята, зимой было мало солнечного света. Поэтому к весне наш организм ослаб. И, чтобы не заболеть, надо употреблять в пищу продукты, в которых много витаминов.
Воспитатель: Скажите мне, пожалуйста, что такое витамины? (Ответы детей).
Витамины, ребята, это вещества, которые необходимы нашему организму для его жизнедеятельности.
Воспитатель: А в каких продуктах много витаминов?
Дети: В овощах и фруктах.
Воспитатель: Правильно, ребята.
Воспитатель: Посмотрим, какое задание нам приготовил доктор Айболит на этой станции.
Воспитатель читает: рассортировать овощи и фрукты.

Воспитатель: Для начала, нам необходимо разделиться на две команды. Я раздаю вам картинки с изображением овощей и фруктов. У кого попались фрукты - тот становится в команду под названием «Фрукты». А у кого картинки с изображением овощей, тот становится в команду под названием «Овощи».

Звучит музыка. Проводится игра «Фрукты и овощи».

По окончании игры проводится анализ выполненного задания: правильно ли дети рассортировали фрукты и овощи.

Звучит музыка. Дети надевают маски с изображением овощей.

Воспитатель: Сколько разных овощей, спорят кто, кого важней.

Морковь:

Вы ответьте мне по чести — в вашей не нуждаюсь лести.
Главный овощ, я морковка! В ротик прыгаю я ловко.
Лишь во мне есть витамин, очень важный каротин!

Чеснок:

Не хвались ты каротином. Я от гриппа и ангины,
От простуды и от хвори. Съешь меня не будет боли!

Свекла:

Чесноку не верьте дети, самый горький он на свете.
Я — свеколка, просто дива, так румяна и красива!
Будешь свёклою питаться, кровь вся будет очищаться.

Морковь:

Кровь вся будет очищаться! Главный овощ, я, морковка!

Огурец:

Что? Огурчик вам не нужен? Без меня ну что за ужин?
И в рассольник и в салат, огуречку каждый рад!

Капуста:

Я — капуста всех я толще, без меня не сваришь борщик.
И салат, и винегрет дети любят на обед.
И, притом, учтите дети - главный овощ, я, в диете!

Картошка:

Не хвалитесь вы друзья, всех важнее, это — я!
Я, картошечка, вкуснее всех, у меня большой успех!

Баклажан:

Я, красавец, баклажан, фиолетовый кафтан!
Цветом редкий, благородный, дворянин чистопородный!

Лук:

Ох, как, ты распетушился, больно сильно загордился.
Мой цвет самый дорогой, потому что - золотой!
Не согласен кто со мной? Слёзы будет лить ручьём!

Помидор:

Всё, кончайте глупый спор. Всех важнее — помидор!
Раскрасавец, хоть куда, я не овощ, а звезда!

Воспитатель:

Я всех помирить хочу, спор ненужный прекращу.
Все вкусны вы, все полезны, прогоняете болезни.

Даже доктор Айболит вам всё это подтвердит.
Звучит музыка. Входит Доктор Айболит.
Айболит: Здравствуйте ребята, здравствуйте гости! Рад встрече с вами в волшебной стране Здоровья! Я слышал необычный спор и пришёл, чтобы помирить эти прекрасные, вкусные и полезные овощи.
Ссорится, вам, нет причины. В вас во всех есть витамины.
Чтоб здоровым, сильным быть,
Нужно овощи любить
Все без исключенья!
В этом нет сомненья.
В каждом польза есть и вкус,
И решить я не берусь,
Кто из вас вкуснее,
Кто из вас нужнее.
Воспитатель: Ответ простой и однозначный - все важны и все нужны.
Айболит. А сейчас я хочу проверить, чему вы научились в нашей волшебной стране. Узнали ли вы, как сохранять и укреплять своё здоровье? Давайте попробуем отгадать его секреты. Я начну, вы - завершайте. Дружно, хором отвечайте.
Айболит: Чтоб здоровым, чистым быть, надо руки ……
Дети: С мылом мыть.
Айболит: Здоровье в порядке, спасибо….
Дети: Зарядке.
Айболит: Ежедневно закаляйся, водой холодной…..
Дети: Обливайся.
Айболит: Не болеет только тот, кто любит….
Дети: Спорт.
Айболит: Защититься от ангины, нам помогут….
Дети: Витамины.
Айболит: Молодцы, знаете секреты здоровья. Я надеюсь, что вы всегда будете помнить о них и беречь своё здоровье.
Айболит: А за ваши старания, ребята, я хочу угостить вас мандаринами. Когда вернётесь в детский сад, угостите гостей и угощайтесь сами. Будьте здоровы! А мне пора. До свидания, детвора!
Дети: До свидания!
Звучит музыка. Доктор Айболит уходит.
III. Заключительная часть Воспитатель: Ребята, вот и закончилось наше путешествие. Вам понравилось оно? (Ответы детей). Мы с вами посетили все станции Страны Здоровья. Так что же нужно делать, чтобы укреплять своё здоровье?
Дети: Гулять на свежем воздухе, закаляться, заниматься физкультурой, зарядкой, соблюдать режим дня, вовремя ложиться спать, регулярно проветривать комнату, соблюдать правила гигиены, есть полезные продукты, фрукты и овощи.
Воспитатель: Правильно, ребята, какие вы молодцы.

Воспитатель: Ребята, нам пора возвращаться в детский сад. Нас уже ждёт ковёр-самолёт.

Звучит фоновая волшебная музыка.

Воспитатель: Наш ковёр-самолёт приземлился в детском саду. Открываем глаза.

Воспитатель: Ребята, какое замечательное путешествие мы совершили. Мне очень понравилось с вами путешествовать. Вы все были молодцы. К тому же, наше путешествие было очень полезным. Мы узнали много нового. И, хочется теперь узнать у вас, что же всего дороже: золото, мебель, машина или здоровье?

Дети: Здоровье.

Воспитатель: Правильно, ребята, конечно же, здоровье. Как я уже говорила вначале нашего путешествия, что здоровье для человека - это самая главная ценность.

Воспитатель: А теперь, ребята, давайте угостимся мандаринами и пожелаем всем доброго здоровья!

Звучит музыка.