**Конспект занятия НОД (познавательное развитие) в подготовительной**

**группе детского сада по теме «Формирование навыков здорового образа**

**жизни у детей подготовительной группы»**

**Описание материала:** Предлагаю Вам конспект непосредственной образовательной деятельности для детей подготовительной группы (6-7 лет) по теме **«Формирование навыков здорового образа жизни у детей подготовительной группы».** Данный материал будет полезен воспитателям подготовительной группы. Это конспект познавательного занятия, направленного на формирование элементарных знаний и навыков здорового образа жизни у детей подготовительной группы.

**Конспект непосредственной образовательной деятельности детей в подготовительной**

**группе на тему «Формирование навыков здорового образа жизни у детей**

**подготовительной группы».**

**Интеграция образовательных областей:** «Познание», «Коммуникация», «Социализация»

**Цель:** Формирование элементарных знаний и навыков здорового образа жизни; дать детям представление о микроорганизмах.

**Задачи:**

Образовательные: Формировать элементарные знания и навыки здорового образа жизни: потребность в чистоте и опрятности, соблюдении распорядка дня; необходимость выполнения физических упражнений; содействовать накоплению двигательного опыта, получить некоторые представления о микроорганизмах, их свойствах (растут, питаются, дышат).

Развивающие: Развивать эмоциональную сферу детей; сенсомоторику, память, воображение, логическое мышление, связную речь. Учить элементарным мыслительным операциям.

Воспитательные: Воспитывать желание быть здоровыми, бережно относиться к себе и окружающим, развивать культуру общения, поведения.

**Демонстрационный материал и оборудование:** Куклы, домики для кукол, предметы личной гигиены (мыло, мочалка, зубная щётка, полотенце, расческа, шампунь), картинка с изображением разных микроорганизмов, кусочки хлеба покрытые налётом плесени. **(Принести в закрытой посуде и не открывать, рассматривать через прозрачную стенку!).** «Чудесный мешочек», физкультурное оборудование: массажная дорожка, дуга, оборудование для развития равновесия (узкая дорожка – мостик), дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку», «Что такое хорошо и что такое плохо», фонограмма «Колыбельная», «Шум дождя».

**Методические приёмы:** рассказ, беседа, демонстрация иллюстраций, наблюдение.

**Предупреждение: Знакомя детей с понятиями «микробы», «болезнь», «заражение», «гигиена», нельзя подавать этот материал слишком эмоционально. Некоторые дети, особенно впечатлительные, могут настолько испугаться, что у них возникнет нервоз и постоянная боязнь бактерий, которые могут сохраниться на всю жизнь.**

**Ход НОД**

**1. Организационный момент.**

- Каждое утро мы говорим: «Доброе утро», чтобы у нас день был добрым, чтобы настроение у нас было хорошее. Давайте скажем утренние и волшебные слова друг другу. («Доброе утро»!)

**«Минутка дружбы»**

-Ребята встаньте в кружок, возьмитесь за руки.

-Раз ладошка, два ладошка.

Подружи со мной немножко.

Мы ребята дружные,

Дружные, послушные.

(Дети проговаривают слова вместе с воспитателем.)

- К нам в гости сегодня обещали прийти куклы: кукла Даша, кукла Софья, кукла Юля, кукла Катя.

- Дети кукол ждут и ждут.

Что же куклы не идут?

К ним отправимся мы сами,

Что случилось и узнаем.

(Дети идут по массажной дорожке.)

-Вот шагают наши ножки

Прямо к Даше по дорожке.

Ну, шагай смелей, дружочек,

Раз, два, три!

К дому Даши мы пришли!

Звучит «Колыбельная».

- Ребята, что это за музыка звучит? (Колыбельная.)

-Даша ещё спит, что нам делать, как нам быть, надо Дашу разбудить. Давайте ребята похлопаем (дети хлопают в ладоши), а теперь потопаем (дети топают.)

Кукла Даша просыпается.

- Давайте скажем кукле Даше утренние, волшебные слова: «Доброе утро». («Доброе утро»!)

**Кукла Даша.**

- Ребята, доброе утро!

В гости к вам хочу прийти,

Но не знаю, как дойти.

Ножки не хотят вставать,

Ручки не хотят вставать.

Лягу лучше я в кровать.

- А что мы делаем каждое утро, чтобы легче было вставать, быть бодрыми, весёлыми целый день? (Утреннюю зарядку.)

- Дашенька, ты не ложись, а с зарядкой подружись!

**2. Динамическая пауза «Мы выходим на зарядку…»**

Мы выходим на зарядку.

Эй, проснись!

Все по росту, по порядку

Становись!

Руки вверх поднимем выше,

Станем на носочки,

Вдох глубокий. Мы, как мыши

На болотной кочке.

Выдыхаем при наклоне.

Мы уж не на кочке,

А как будто на газоне —

Ищем там цветочки.

Упражнение второе,

Девочки, мальчишки!

Взялись за руки по двое,

Скачем, как зайчишки.

Вправо, влево ветер гнёт

Липы, ели, клёны.

Дети, буря к нам идёт!

Делаем наклоны.

Скачут ловко кенгуру

Длинными прыжками.

А продолжить их игру

Мы сумеем сами.

Медленно ползёт улитка,

Подняла вверх рожки.

Мы резвы, бодры и прытки.

Мчимся по дорожке!

Физкультура – враг болезней!

Всем известно с детских лет.

В жизни средства нет полезней

От телесных разных бед.

И душе в здоровом теле

Доброй, чистой легче жить.

Значит, надо, в самом деле

С физкультурою дружить.

- Даша, просыпайся скорей, ждём всегда мы в гости друзей!

**Кукла Даша.**

**-** Ребята, мне очень понравилась ваша зарядка, я вам обещаю, что каждое утро буду её делать, чтобы быть бодрой и весёлой.

- Теперь отправляемся к кукле Софье, она живёт далеко - далеко, но если мы проползём через волшебные ворота, то сразу окажемся у её дома.

(Дети проползают под дугу и оказываются у дома Софьи.)

- Ой! Друзья мои, смотрите какая Софья грязная! Грязь на шее, на носу, грязь на щёчках и на лбу! Очень стыдно быть такой, ты пойди лицо умой!

**Кукла Софья.**

- Ребята, мне очень стыдно, я не знаю что нужно для того, чтобы быть чистой и красивой, Помогите, подскажите!

- Мы-то с вами знаем что нужно, поможем Софье, расскажем. (Да.)

- Кто из вас знает, что такое микробы? Вернее, кто такие микробы? (Выслушать все ответы и предположения детей.)

- Они очень маленькие и живые, попадая в организм, вызывают болезни, живут на грязных руках, боятся очень мыла. Микроб – ужасно вредное животное, коварное и главное щекотное. Такое вот животное залезет в живот и спокойно там живёт.

Он горд, что столько от него хлопот:

И насморк, и чихание, и пот.

Вы, дети, мыли руки перед ужином?

Постой – ка, у тебя горячий лоб

Наверное, в тебе сидит микроб!

- Чтобы их увидеть, надо смотреть в особый прибор, который называется «микроскоп». У них нет ни рук, ни ног, ни рта, ни носа. Так же нет желудка, сердца, легких. Это просто палочки или шарики. Но они так же, как и мы, едят, дышат, передвигаются. (Демонстрируются иллюстрации.)

- У некоторых есть хвостики, которые называют жгутиками. Жгутик вращается, как пропеллер самолёта, и микроб движется. Н у большинства таких жгутиков нет. В жидкости они просто слегка подпрыгивают – как мячик, который мы бьём ладошкой об пол. Там, где сухо, их переносит ветер (воздух.) А часто их переносят люди и животные. Были микробы на яблоке, они прилипли к рукам, и человек своими руками перенёс их в рот. Были микробы в земле. Ребёнок играл на улице – микробы прилипли к пальцам, потом он пошёл домой и стал грязными руками есть. Микробы с пальцев прилипли к хлебу, груше и вместе с ними попали в желудок, вот так они передвигаются.

- Бегала собака около мусорного ящика…. Догадайтесь, как микробы попали в желудок ребёнка? (Микробы прилипли к её шерсти, к лапам; ребёнок погладил собаку – они прилипли к рукам, потом к еде, а с едой попали в желудок.)

- Сейчас я вам покажу кусочек хлеба, на котором поселились особые микроорганизмы, которые называют плесенью. Мы не будем открывать эту коробочку, чтобы плесень не распространилась в комнате, она может быть опасной для человека, но через прозрачную крышку вы её хорошо увидите. (Показать детям хлеб покрытый плесенью.)

**Игра «Чудесный мешочек».**

Дети на ощупь угадывают и называют предметы личной гигиены: мыло, мочалка, зубная щётка, полотенце, расческа, шампунь.

**3. Пальчиковая игра «Что же деткам пригодится, чтобы начисто умыться…»**

- Что же деткам пригодится, чтобы начисто умыться?

Нам нужна… (Водица.)

Что же с ручек грязь смывает?

Деткам …(Мыло) помогает.

В ванну смело мы идём,

Спинку и животик мы … (Мочалкой) трём.

Чисто – чисто умывались.

Чем же детки вытирались? (Полотенцем.)

Чтоб волосики нас слушались,

Никогда они не путались,

Чтоб красивой была причёска,

Помогает всегда …(Расчёска.)

- Софья ты должна хорошо усвоить: **нельзя не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета. Есть только мытые овощи и фрукты.**

**Кукла Софья.**

-Спасибо большое ребята, я всё поняла, побегу скорей умываться, не хочу грязнулею остаться.

- Ну, давай же, умывайся

К нам быстрее собирайся.

- Ну а теперь идём к кукле Юле.

Фонограмма «Шум дождя».

- Ребята, слышите, дождь начинается, побежали скорее к домику куклы Юли.

Непродолжительный бег по кругу.

- Убежали от дождя? (Да!)

**Кукла Юля.**

- К вам хочу я в гости очень.

Но не знаю что одеть.

На дворе с дождями осень

Мне не хочется болеть.

- Ребята, давайте поможем Юле выбрать одежду и обувь, в которой можно смело идти гулять, когда на улице осенью холодно.

**Дидактическая игра «Одень куклу на прогулку».**

Из предложенной одежды и обуви (кепка, майка, шапка, шорты, кофта и др.), дети должны выбрать только тёплую, по сезону.

**Кукла Юля.**

- Спасибо вам за помощь!

- Одевайся поскорей,

И на улицу смелей.

Приходи к нам в гости Юля,

Рады видеть мы друзей.

- Развалилась неуклюже

Посреди дороги лужа.

Я её прошу:

- Простите,

Чуть подвиньтесь, пропустите!

А она в ответ мне:

- Здрасьте!?

Как хотите, перелазьте!

- А я мостик положу,

Я по мостику пройду,

Ножек я не замочу.

**4. Упражнение на развитие равновесия. «Пройди по мостику»**

Дети проходят импровизированную лужу по мостику.

- Дождь покапал и прошёл,

Солнце в целом свете,

Это очень хорошо,

И большим и детям!

Подходят к домику, появляется кукла Катя.

- Ребята, кукла Катя не знает, что такое хорошо и что такое плохо. Давайте поможем ей разобраться во всём.

**Дидактическая игра «Что такое хорошо и что такое плохо»**

Детям необходимо рассмотреть картинки, назвать изображения словами «хорошо» или «плохо», сложить в две коробки, в жёлтую «хорошо», красную «плохо».

- Утро начинается.

Каждый улыбается.

Улыбаться….(хорошо.)

Плакать – это …(плохо.)

Занимайтесь все зарядкой

И не будете болеть.

Заболеешь …..(плохо.)

Быть здоровым …(хорошо.)

Драться очень …(плохо.)

Быть хорошим, добрым,

Это очень …(хорошо.)

Умываться …(хорошо.)

Быть грязнулей …(плохо.)

- Запомни, Катенька: в красной коробке – так делать - **нельзя!**

В жёлтую лучше ты посмотри, запомни там всё и к нам приходи.

**Кукла Катя.**

- Спасибо вам, друзья, я всё обязательно запомню.

- Кукол всех мы навестили и всему их научили, скоро в гости к нам придут, и чайку с нами попьют.

**Список Литературы.**

1. Антонов Ю.Е. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века. – М.: Гардарики, 2008. – С.164.

2. Воробьева М. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников / Дошкольное воспитание. – 1998. - № 7. – С. 39.

3. Змановский Ю.Ф. Воспитание здорового ребенка: физиологический аспект /Дошкольное воспитание. – 1993. - № 9. – С41.

4. Иванова А.И. Человек. Естественно – научные наблюдения и эксперименты в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2010. - (живая экология). – С. 224.

5.Маханева М. Новые подходы к организации физического воспитания детей / Дошкольное воспитание. – 1993. - № 2. – C. 38.

6. Нежина Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста / Дошкольное воспитание. – 2004. - № 4. – С. 39.

7. Юматова А.В. Формирование здорового образа жизни дошкольников / Дошкольное воспитание. – 1996. - № 3. – С. 38.