**Конспект НОД для детей подготовительной к школе группы**

**Тема: Путешествие в страну «Неболейка»**

**Интеграция образовательных областей:** «познавательное развитие»; «речевое развитие»; «физическое развитие», **«**социально-коммуникативное развитие».

Хлопина Е. А., воспитатель

ГУ РК «Детский дом №1» г. Сыктывкара

**Актуальность:**

Настоящее время характеризуется быстрыми изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя». Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

**Краткое описание:**

Конспект НОД для детей подготовительной к школе группы. В процессе путешествия в страну здоровья дети закрепляют знания о предназначении разных туалетных принадлежностей, о необходимости ухода за своим телом.

**Цель:**

Формировать у воспитанников представления о здоровье, как одной из ценностей жизни.

**Задачи**:

* Закреплять у детей умение заботиться о своем теле, о здоровье;
* Закреплять знания детей о назначении туалетных принадлежностей, способах пользования ими;
* Познакомить с приемами снятия напряжения глаз;
* Дать представление о микробах, о способах борьбы с ними;
* Расширять [активный](http://50ds.ru/sport/5406-nedelya-zdorovya-ozdorovlenie-i-aktivnyy-otdykh-doshkolnikov.html) словарь воспитанников;
* Развивать у детей положительную мотивацию к здоровому образу жизни;
* Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

**Материал**:

* рисунок поезда;
* туалетные принадлежности: твердое мыло, жидкое мыло, маникюрные ножницы, кусачки, пилка для ногтей, крем для рук, влажные салфетки, зубная щётка, зубная паста, ватная палочка, описание гимнастики для глаз, расчески разных видов, массажная щетка, шампунь;
* красочно украшенные послания с советами;
* волшебный мешочек.

**Ход НОД:**

***1. Организационный момент:***

- Сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье. На какое слово похоже слово «здоровье»? (ответы детей)

- Не правда ли, слово «здоровье» похоже на слово «здравствуй»? Когда мы здороваемся с человеком, мы желаем ему здоровья. Давайте и мы поздороваемся друг с другом и сделаем это в игре.

**Игра-приветствие «Здравствуй, друг! »**

Здравствуй друг! (*дети вытягиваю правую руку в сторону)*

Здравствуй друг! *(вытягивают левую руку в сторону)*

Становись скорее в круг, (*берутся за руки)*

Мы по кругу пойдем *(идут по кругу)*

И друзей везде найдем*!*

- А вы хотите быть здоровыми? (ответы детей)

***2. Упражнения, создающие мотивацию к последующей деятельности:***

- Тогда я вам предложу выполнить несколько несложных заданий:

* Потрогайте игрушку без рук. Зачем нам нужны руки?
* Сможем ли мы грызть яблоки, орехи, если не будет зубов? Зачем нам нужны зубы?
* Закройте уши и скажите, слышите ли вы, что я говорю. Зачем нам нужны уши?
* Закройте глаза и скажите, что я вам показываю. Зачем нам нужны глаза?
* А теперь представьте, если бы у нас не было волос. Красивые мы были бы? Зачем нам нужны волосы?

- А для того, чтобы узнать, как ухаживать за нашими руками, зубами, глазами, ушами, волосами мы с вами отправимся в путешествие на нашем волшебном поезде в страну «Неболейка».

- Вы готовы? Тогда занимайте места в вагончиках! Поехали! *(*передвигаемся по группе*).*

Вот поезд наш мчится, колеса стучат.

А в поезде нашем ребята сидят.

Чу – чу – чу – бежит электровоз,

Далеко, далеко ребят он повез.

- Ребята, вот мы и подъезжаем к стране Неболейка.

***3. Основная часть***

- А как вы думаете, почему у этой страны такое название? Кто здесь живет? (предположения детей)

- Вот и первая остановка.

**I остановка – станция «Ручкино»**

Разве вы не видели на руках грязь?

А в грязи живет зараза, незаметная для глаз!

Если, руки не помыв, пообедав сели вы,

Вся зараза эта вот к вам отправится в живот!

- Ребята, а как вы поняли это стихотворение? (ответы детей).

- От игры или работы руки становятся грязными. И ничего тут страшного, на то они и руки. Страшно, когда дети привыкают к грязным рукам и не моют их вовсе.

- А зачем нужно мыть руки? (ответы детей)

- Посмотрите, тут какое-то послание, от кого же оно? Почитаем?

Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо.

Это глупое занятье не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо,

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять.

- Кто же мог нам оставить такие советы? (ответы детей)

- Ребята, посмотрите, это не жители оставили нам послание, а Микробы, они хотят нам помешать быть здоровыми.

- А кто такие микробы? (предположения детей)

Микробы бывают разные –

Ужасные, опасные,

Страшные и грязные,

Корявые, упрямые,

Противные, заразные

Какие безобразные.

- Если микроб попал в организм человека, он раскрывает свой чемоданчик с ядом и начинает заражать наш организм. У нас начинает болеть голова, живот, повышается температура.

- Что же надо делать, чтобы эти противные микробы не попали в наш организм?

- Угадав эту загадку, вы узнаете, какой самый главный враг микробов, но большой друг нашего здоровья.

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится! (мыло)

- От простой воды и мыла у микроба тают силы.

- А сейчас покажите, как вы моете руки.

**Упражнение «Умывалочка»**

Надо, надо нам помыться,

Где тут чистая водица,

Кран откроем ш-ш-ш,

Руки моем ш-ш-ш.

- Как часто надо мыть руки? Достаточно ли только мытья рук, чтобы они выглядели ухоженными?

- Как еще нужно ухаживать за руками?

**Дидактическая игра «Выбери нужные предметы»**

- На столе лежат разные предметы гигиены: твердое мыло, жидкое мыло, маникюрные ножницы, кусачки, пилка для ногтей, крем для рук, влажные салфетки, зубная щётка, зубная паста, ватная палочка, описание гимнастики для глаз, расчески разных видов, массажная щетка, шампунь.

 Детям предлагается выбрать и взять только те, которые помогут их руки держать в чистоте и порядке.

- Едем дальше. Угадав эту загадку, вы узнаете, какая будет следующая остановка:

Тридцать два веселых друга

Уцепились друг за друга,

Вверх и вниз несутся в спешке,

Хлеб жуют, грызут орешки! *(Зубы)*

**II остановка – станция «Зубкино»**

- Здесь мы узнаем, как правильно ухаживать за зубами.

- У наших зубов есть самые лучшие и верные друзья, и вы их знаете!

- Я начну, а вы кончайте,

Дружно хором отвечайте!

* Чтобы долго быть зубастым,

Чистить зубы надо *… (пастой)*

* А у пасты есть подружка.

Чистит зуб, старается.

Скажи, как называется? *(зубная щетка)*

- А кто знает, какие способы чистки зубов существуют? (ответы детей)

* Способ «Пружинка». *Чистим сверху вниз.*
* Способ «Маятник». *Чистим справа налево.*
* Способ «Дорожка». *Чистим вперед назад.*
* Способ «За дверью». *Чистим внутреннюю сторону зубов.*
* *Не забудьте почистить язык*.

- А жители «Зубкино» дают нам несколько советов о том, что нужно делать, чтобы наши зубы были здоровыми.

* Чистить зубы два раза в день – утром и вечером.
* Меньше есть сладкого, больше - овощей и фруктов.
* Обязательно кушать творог и рыбу.
* Полоскать рот после еды.
* Если разболелся зуб, надо идти к врачу.

- И с этой станции нам разрешено взять те предметы гигиены, которые помогут наши зубы держать в чистоте.

**Дидактическая игра «Выбери нужные предметы»**

 (Предлагаются оставшиеся предметы. Дети берут зубную щётку, зубную пасту)

- Едем дальше. А пока поезд едет, мы поиграем.

**Физкультминутка**

Сначала буду маленьким,

К коленочкам прижмусь.

Потом я вырасту большим,

До лампы дотянусь.

*(Дети садятся на корточки, наклонив голову, и обхватывают руками колени, потом постепенно выпрямляются, становятся на носки и тянутся, сколько возможно, вверх, поднимая руки.)*

Каждый день

Каждый день по утрам

Делаем зарядку.

(*Ходьба на месте.)*

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать,

(*Ходьба.)*

Руки поднимать,

*(Руки вверх.)*

Приседать и вставать,

*(Приседание 4-6 раз.)*

Прыгать и скакать.

*(10 прыжков.)*

- Ребята, мы приехали на следующую станцию. Но чтобы узнать, как она называется, вам нужно будет отгадать загадку.

Оля слушает в лесу,

Как кричат кукушки.

А для этого нужны

Нашей Оле … (*ушки*).

**III остановка – станция «Ушкино»**

- Что это за предмет? (ушная палочка)

- А для чего нам она нужна? (ответы детей)

- Как вы думаете, важно ли для нас, чтобы наши уши были здоровы? А почему? (ответы детей)

- А как же сделать так, чтобы наши ушки были здоровыми? (мыть, чистить, не слушать громкую музыку, ничего в уши не засовывать)

- *Чтение стихотворения С. Шукшина «Я вчера гулял без шапки…»*

Я вчера гулял без шапки.

Холод был, но я терпел.

А сегодня я в кроватке,

Ну, конечно, заболел.

У меня «стреляют» уши,

Просто как из пушки бьют.

Боль терпеть уж нету силы,

Помогите чем-нибудь.

Доктор выписал лекарство,

Капли в уши и тепло.

Я на все уже согласен,

Лишь бы только помогло.

С честью выдержал леченье,

Я теперь почти здоров.

В прошлом все мои мученья,

Снова я гулять готов!

Уж теперь без теплой шапки

На мороз я не пойду,

Уши будут пусть в порядке,

Их, ребята, берегу.

- Что вы можете сказать про мальчика? (ответы детей)

- А как вы думаете, как часто нужно чистить уши? (предположения детей).

- *Чтение стихотворения Э. Мошковской «Уши»*

Доктор, доктор,

Как нам быть:

Уши мыть или не мыть?

Если мыть, то как нам быть:

Часто мыть или пореже?

Отвечает доктор: ЕЖЕ…

Отвечает доктор гневно:

ЕЖЕ, ЕЖЕ, ЕЖЕДНЕВНО!

**Игра «Угадай, что за звук?»** (хлопки, колокольчик, мяч, топот, бубен и т.д.)

- Нам нужно с этой станции взять предметы, которые помогут наши уши держать в чистоте.

**Дидактическая игра «Выбери нужные предметы»**

(Предлагаются оставшиеся предметы. Дети берут ватные палочки).

**IV остановка – станция «Глазкино»**

- Как вы думаете, о чем мы будем говорить на этой станции? (ответы детей)

- Жители этой станции также оставили нам послание. Почитаем?

* А сохранить здоровье глаз это очень важно?
* Глаза поранить очень просто – не играй с предметом острым!
* Глаза не три, не засоряй, лежа книгу не читай!
* На яркий свет смотреть нельзя – тоже портятся глаза!
* Телевизор в доме есть, упрекать не стану,

Но, пожалуйста, не лезь к самому экрану!

* Не пиши, склонившись низко, не держи учебник близко!
* Глаз в темноте не напрягай, их здоровья не лишай!

- Какие полезные советы вы услышали? (ответы детей)

- Если у вас устали глаза во время чтения книги, жители «Глазкино» рекомендуют провести зарядку для глаз. Давайте разучим упражнения, снимающие усталость с глаз.

1. крепко зажмурить глаза, а затем открыть.
2. быстро поморгать
3. закрыть веки и массировать их круговыми движениями пальцев.
4. тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко.

- С этой станции нам разрешено взять предметы, которые помогут нашим глазкам быть здоровыми.

 **Дидактическая игра «Выбери нужные предметы»**

(Предлагаются оставшиеся предметы. Дети берут описание гимнастики для глаз).

 **V остановка – станция «Прическино»**

Красивые волосы - одно из главных украшений девушки.

- Посмотрит друг на друга. Обратите внимание, что ваше волосы отличаются от волос других детей. Чем? Какие бывают волосы?

* длинные, короткие (разные по длине);
* прямые, вьющиеся (разные по виду);
* густые, редкие (разные по их количеству);
* мягкие, жесткие (разные на ощупь);
* чистые, грязные (разные по чистоте);
* темные, светлые (разные по цвету).

**-** Давайте вспомним ***правила*** ухода за волосами:

* волосы необходимо расчесывать дважды в день. Длинные - начиная от концов, короткие - с корней;
* мыть волосы рекомендуется умеренно горячей водой - не чаще двух раз в неделю;
* намыливать голову надо дважды, напоследок тщательно прополоскать волосы.

- С этой станции нам разрешено взять все необходимое для того, чтобы наши волосы были здоровыми и красивыми.

 **Дидактическая игра «Выбери нужные предметы»**

 (Предлагаются оставшиеся предметы. Дети берут расчески разных видов, массажную щетку, шампунь).

***4. Итог:***

- Вот мы и побывали в стране «Неболейка». И пора нам отправляться домой. Но чтобы нам было нескучно ехать, мы поиграем в игру, которую нам подарили жители страны «Неболейка».

 - В мешочке лежат все предметы, которые нам разрешили взять с собой жители каждой из станций, чтобы мы не забывали заботиться о своем здоровье.

**Дидактическая игра «Мешочек Мойдодыра»**

(дети на ощупь угадывают предметы личной гигиены и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться)

- Ну, вот и мы вернулись домой.

***Релаксация:***

- Ребята! Что вы узнали сегодня полезного о здоровье? Что бы вы рассказали другим ребятам?

 Я вижу на ваших лицах улыбку, а улыбка – залог хорошего настроения. Улыбаясь, мы дарим друг другу здоровье и радость! Доброго вам здоровья!