Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребенка – детский сад №32

города Кропоткин муниципального образования

Кавказский район

**КОНСПЕКТ**

**непосредственно образовательной**

**деятельности**

**в старшей группе**

**компенсирующей направленности**

**«Дюймовочка»**

**по теме:**

**«Как я буду заботиться**

**о здоровье»**

**(составление рассказа)**

**Образовательная область**

**«Речевое развитие»**

Составил:

воспитатель

Агаджанян И.Г.

**Тема: «Составление рассказа «Как я буду заботиться о здоровье»**

**Цель:** формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни.

**Задачи:**  
**Образовательная:** закрепить представление детей о здоровом образе жизни,  
закреплять, показать важность соблюдения режима дня в укреплении здоровья каждого человека учить рассуждать и делать выводы, закрепить навыки составления повествовательного рассказа , упражнять в подборе определений к заданным словам.

**Развивающая:** развивать у детей память, внимание, любознательность, выделять правила здорового питания.  
**Воспитательная:** воспитывать чувство ответственности за своё здоровье и желание заботится о нем.

**Оборудование:** картинки с изображением предметов личной гигиены, овощей, фруктов, природы в разное время года, азбука витаминов, текст стихотворения.

**Ход НОД:**

**1. Мотивация на деятельность.** Слушание старой легенды.

-Давным-давно на горе Олимп жили – были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека, его здоровье. Стали думать, решать, куда бы его спрятать? В синее море, за высокие горы. Но один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

- Дети, мы много уже с вами беседовали о здоровье и, что поможет его сохранить, а сегодня мы закрепим полученные знания.

**2. Вводная часть.** Беседа «Если хочешь быть здоров, то…»

- Что помогает человеку быть здоровым?

- Какие правила нужно соблюдать, чтобы быть здоровым?

- Как нужно питаться?

- Что следует избегать?

**3. Основная часть.** Составление рассказа «Как я буду заботиться о своем здоровье»

**4. Физминутка**

Для начала мы с тобой

Крутим только головой,

Корпусом вращаем тоже

Это мы, конечно, сможем

А теперь мы приседаем.

Мы прекрасно понимаем:

Нужно ноги укреплять,

Раз, два, три, четыре, пять

Напоследок потянулись вверх

И в стороны прогнулись

**5. Д/у. «Подбери словечко»**

Слова: здоровье, еда, закаливание, игра, физкультура, питание.

**6. Д/у.** **«Подбери слово»**

Запеканка из творога – творожная запеканка

Каша из гречки – гречневая каша

Каша из овсянки – овсяная каша

Компот из груш – грушевый компот

Сок из яблок – яблочный сок

Варенье из клубники – клубничное варенье

Икра из кабачков – кабачковая икра

Котлета из мяса – мясная котлета

Суфле из рыбы – рыбное суфле.

Салат из овощей - овощной салат

**7. Д/у. «Правильно дыши»**

**Воспитатель:** - Что значит: дышать?

**Ответы детей:**  (это когда вдыхают и выдыхают воздух).

**Воспитатель:**  Кто умеет дышать?

**Ответы детей:** (звери, птицы, растения, люди).

**Воспитатель:** А жители города "Дыхание" могут научить нас дышать с пользой, чтобы человек был здоровым. Я покажу вам несколько упражнений и расскажу, для чего они. Мы будем дышать со звуками.

• «Самолеты» - со звуком «В» - от насморка. Дети произносят на длительном выдохе звук «В», руки в стороны, покачиваются, будто в полете.

• «Комарики» - со звуком «З» - когда болит горло. Ладонь на шее, произносить звук «З» на длительном выдохе.

• «Жуки» - со звуком «Ж» - при кашле. Ладонь на груди, произносить звук «Ж» на выдохе.

• «Львята» - со звуком «Р» - когда плохое настроение и хочется с кем-нибудь поссориться.

• «Водичка» - со звуком «С» - когда устали и хочется отдохнуть.

- Очень хорошие упражнения. Мы их запомним и обязательно будем их использовать.

**Воспитатель:** Ребята, вы что-нибудь слышали о витаминах?

- Какие названия витаминов вы знаете? (А,В,С,D;)

- Где живут витамины?

**Воспитатель:** Витамины живут в продуктах питания, поэтому так важно правильно питаться, не отказываться от полезной пищи. Витаминов там не видно, но они там есть и нужны человеку.

**Воспитатель:** Продукты бывают вкусные и полезные. Витамины делают продукты полезными. От полезных продуктов у человека прибавляется здоровье.

- Для чего необходим витамин А? (Это витамин роста и зрения).

- В?(Витамин В нужен, чтобы мы росли сильными. Когда человек не получает витамин В, он много плачет и плохо спит).

- С?(Витамин С укрепляет организм, делает человека более здоровыми, помогает при простудах.)

- D? (Витамин D делает наши ноги и руки крепкими).

**8. Итог.**

- О чем говорили? Во что играли? Какая игра понравилась? Что запомнили? Какие выводы сделали?

Какие же правила надо выполнять, чтобы быть здоровым.

"Каждый должен твердо знать:

Здоровье надо сохранять!

Нужно спортом заниматься,

Нужно правильно (питаться,

Руки мыть перед едой,

И вообще дружить с (водой!

Глубже дышать, кислород поглощать!

Больше гулять, с друзьями (играть!

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить!

И запомните: здоровье

В магазине не купить!"