

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ручеёк»
муниципального образования город Ноябрьск**

**Сценарий
непрерывной образовательной деятельности
по познавательному развитию
с использованием здоровьесберегающих технологий
для детей старшего дошкольного возраста**

«Важные правила для дошколят»

**Подготовила:
воспитатель МБДОУ**

«Ручеёк»

Громоляк Ирина Стефановна

Сценарий
непрерывной образовательной деятельности
по познавательному развитию
с использованием здоровьесберегающих технологий
для детей старшего дошкольного возраста
«Важные правила для дошколят»

Цель: расширение представлений детей о важных компонентах здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.

Задачи:

- формировать представление о том, что основой крепкого здоровья является
забота о себе и отсутствие вредных привычек;
- закреплять представления о зависимости здоровья человека от
правильного
питания;
- учить анализировать, делать выводы;
- развивать познавательный интерес, мыслительную активность,
логическое
мышление, воображение, связную речь:
- воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Предварительная работа:

беседы с детьми «Что значит быть здоровым», «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Как устроено тело человека», «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу»; чтение детской энциклопедии здоровья «Расти здоровым», произведений С. Михалкова «Как девочка Таня загорала», А.Барто «Девочка чумазая», «Я лежу болею»; рассматривание иллюстраций, плакатов, картин по теме; отгадывание загадок о предметах личной гигиены, о продуктах питания.

Материалы и оборудование: «Волшебный цветок здоровья», «Чудесная коробка» с предметами гигиены (мыло, мочалка, зубная щетка и паста, полотенце, носовой платок, расческа); карточки с изображением органов чувств (рука, нос, глаз, ухо, язык) для каждого ребенка; картинки с изображением продуктов питания; поролоновая губка, деревянный кубик, круги разных цветов, сигнальные карточки (для каждого ребенка); кружки с лимонным напитком; капсулы от киндер-сюрпризов с небольшими отверстиями и дольками чеснока внутри; стеклянная банка,

свеча; корзина с продуктами питания; магнитная доска; буквы, обозначающие витамины; мультимедийный проектор; экран.

Занятие сопровождается показом презентации.

Слайд 1.

Ход непрерывной образовательной деятельности

Приветствие:

Встаньте дети, встаньте в круг.
Здравствуй, весь наш дружный круг.

Хорошо когда мы вместе.
Все на месте? Все ли тут?

Воспитатель: Ребята, у нас сегодня гости! Поздоровайтесь с гостями. А что означает поздороваться? (*Ответы детей*)

Воспитатель. Сказать: «Здравствуй!» означает подарить друг другу частичку здоровья, пожелать быть здоровыми.

Слайд 2.

На экране изображение Маши из мультфильма «Маша и Медведь».

Воспитатель. Ребята посмотрите, кто это? (*Ответы детей*)

Воспитатель. Маша очень грустная. Что с тобой случилось, Маша? Не заболела ли ты?

Маша. Со мной приключилась большая беда.

Мороженого много я съела вчера.

И вот такая картина:

Ко мне привязалась ангина,

И кашель, и насморк меня одолели.

Если бы вы знали, как они надоели!

Воспитатель. Маша, да ты серьезно заболела! Ребята, давайте спасти Машу. А как мы сможем ей помочь? (*Ответы детей*)

Воспитатель. Далеко-далеко есть волшебная страна. Там растет необыкновенный цветок. А называется он волшебный цветок Здоровья. Этот цветок может помочь Маше. Но однажды случилась беда - налетел сильный ветер и разбросал лепестки волшебного цветка. Вы готовы собрать лепестки и помочь Маше? Отправляемся в путь.

Слайд 3.

Воспитатель. Вот мы подходим к волшебным воротам. Но они на замке. Давайте откроем волшебный замок.

Пальчиковая гимнастика

«Замок»

На двери висит замок.

Кто его открыть бы смог?

Потянули, покрутили,

Постучали и открыли!

Двери открываются –

Путешествие начинается.

Дети занимают места за столами.

Слайд 4.

Воспитатель обращает внимание детей на экран:

Первая остановка «Чистюлькино». Нас встречает Мойдодыр.

Мойдодыр: Здравствуйте, друзья! Думаю, вы узнали меня. А зачем пожаловали ко мне?

Воспитатель: Мы ищем лепестки волшебного цветка Здоровья, который поможет Маше стать здоровой.

Мойдодыр: Я вам помогу, но сначала выполните задания.

Задание 1. Перед вами два предмета – поролоновая губка и кубик. Попробуйте определить, какой предмет мягкий, а какой твердый.

(Дети выполняют задание и делают выводы: поролоновая губка мягкая, а деревянный кубик – твердый)

Воспитатель: Как вы это определили? Какой орган вам в этом помог? Выберите нужную карточку и покажите её. (Рука).

Задание 2. Педагог показывает детям две геометрические фигуры разного цвета.

Воспитатель. Какого цвета фигуры? Как вы это определили? Какой орган вам в этом помог? Выберите нужную карточку. (Глаз).

Воспитатель: Закройте глаза и угадайте, что я делаю. (Звонит колокольчиком, шуршит бумагой).

Воспитатель: Как вы догадались? Какой орган вам в этом помог? Выберите нужную карточку. (Ухо).

Воспитатель кладёт на столы яйца от киндер-сюрпризов с небольшими отверстиями и дольками чеснока внутри.

Воспитатель. Определите запах из коробочек. Какой орган вам в этом помог? Выберите нужную карточку. (Нос).

Воспитатель ставит на столы кружки с лимонным напитком и предлагает детям попробовать, что в кружках налито.

Воспитатель: Какой орган вам в этом помог? Выберите нужную карточку. (Язык).

Воспитатель. Посмотрите внимательно на карточки, которые вы выбрали. Как называются все эти органы?

Дети делают вывод - это органы чувств.

Слайд 5.

На экране таблица «Органы чувств».

Воспитатель. За правильно выполненные задания получите первый лепесток.

На нем написано правило №1 - «Органы чувств – наши помощники. Берегите их!»

Дидактическое упражнение «Чудесная коробочка»

Воспитатель. А вы знаете, как ухаживать за органами чувств?

Дети на ощупь достают из коробки предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зубная паста, зубная щетка) и называют их.

Воспитатель. Для чего нужны эти предметы? (Эти предметы помогают содержать наше тело в чистоте).

А зачем нужно соблюдать чистоту (Чтобы не было грязи).

Чем опасна грязь (В ней живут микробы).

Что такое микробы? (Это маленькие невидимые частицы, которые попадают в организм человека с пищей или с воздухом. Эти невидимые враги очень быстро размножаются и вызывают заболевание).

Воспитатель. Ребята, давайте поговорим о привычках. Какие они бывают?

(Вредные и полезные).

Назовите полезные привычки для сохранения здоровья.

(Это умываться, чистить зубы, соблюдать режим дня).

Слайд 6.

На экране появляется картинка «Микробы».

Микроб: А мы тоже знаем замечательные привычки. Ребята, мы дарим вам эти яркие шарики. А шарики не простые!

Красный - привычка есть много сладко.

Желтый - привычка сидеть долго у телевизора и компьютера.

Синий - привычка разговаривать во время еды.

Зеленый - привычка не спать в тихий час.

Воспитатель: Ребята, а разве нам нужны такие привычки? Давайте скорее избавимся от них - лопнем шары и так избавимся от вредных привычек.

Воспитатель: За ваши знания дарю вам лепесток. На лепестке написано правило №2 - «**Чистота — залог здоровья**».

Воспитатель: Продолжим наше путешествие. Посмотрите на экран.

Слайд 7.

Следующая остановка - «Спортивная».

Ребята, отгадайте загадку:

Чтобы здоровье было в порядке.

Не забывайте делать ... (зарядку)

Воспитатель: Как вы думаете, для чего мы каждый день делаем зарядку? (Ответы детей)

Воспитатель. Давайте разомнемся и сделаем зарядку.

Динамическая пауза

(с элементами зрительной гимнастики)

А теперь все по порядку

Дружно сделаем зарядку:

Руки в стороны, согнули,

Вверх подняли, помахали,

Спрятали за спину их,

Оглянулись через правое плечо,

Оглянулись через левое плечо,
Дружно присели, пяточки задели.
На носочки поднялись
Опустили руки вниз.

Дети возвращаются на свои места.

Воспитатель. На зарядке мы взбодрились, сняли усталость с глаз. Получите третий лепесток. На нем написано правило №3 - **«Спасибо зарядке – здоровье в порядке».**

Воспитатель: Чтобы быть здоровым и бодрым, нужно обязательно заниматься физкультурой и спортом. Но лучше всего выполнять физические упражнения на свежем воздухе. Как считаете, почему? Чтобы лучше понять, мы проведем опыт со свечой.

Воспитатель зажигает свечу и накрывает ее стеклянной банкой. Свеча гаснет.

Воспитатель. Почему свеча погасла? (*Варианты ответов детей.*)

Воспитатель. Оказывается, человек как эта свеча, без доступа кислорода тоже начнёт медленно угасать. Огню для горения необходим кислород, а человеку –

для жизни! А где больше всего кислорода? (*В лесу, на улице.*) Правильно, поэтому мы каждый день ходим гулять и проветриваем группу. Какие вы молодцы!

За ваши знания дарю вам лепесток. На нем написано правило №4 - **«На прогулку выходи - свежим воздухом дыши».**

Воспитатель: Я предлагаю отправиться дальше. Посмотрите на экран.

Слайды 8, 9. Остановка «Вкусняшкино».

Карлсон: Здравствуйтесь, ребята! Меня зовут Карлсон. У меня болит живот. И мне совсем не хочется веселиться и шалить. Помогите!

Воспитатель: Как вы думаете, почему у Карлсона заболел живот?
(*Скорее всего, он неправильно питался*)

Воспитатель. Чтобы пища хорошо усваивалась, нужно соблюдать правила питания. Проведем игру «Да – нет». Я буду вам читать правила. Если вы согласны, то поднимите зеленую карточку, если не согласны – красную карточку.

Игра «Да - нет»

Дети получают сигнальные карточки красного и зеленого цвета.

1. Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.
2. Во время еды можно разговаривать.
3. Есть нужно в любое время, даже ночью.
4. Надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
5. Пищу нужно глотать не жуя.
6. После еды надо полоскать рот.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, все ли продукты полезны для человека?

(Ответы детей).

Воспитатель: Сейчас мы с вами поиграем в игру «Светофор здоровья». Необходимо разложить продукты по мере их пользы: в зеленую корзинку - полезные продукты, в красную корзинку – неполезные продукты.

Дети выполняют задание - по очереди раскладывают продукты в корзины.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, чем богаты полезные продукты? *(Витаминами).*

Воспитатель. Витамины обозначаются буквами А, В, С, D.

Выходят дети с буквами А, В, С, D и рассказывают о витаминах.

Слайд 10.

Витамин А: Я необходим для нормального роста, поддерживаю хорошее зрение и здоровую кожу. Меня можно найти в моркови, сладком перце, зеленом луке, щавеле, зелени, плодах шиповника.

Слайд 11.

Витамин В: Я помогаю работать нашему сердцу. Я живу в молоке, мясе, хлебе, твороге, сыре, печени, яйцах, капусте, яблоках, помидорах, крупах.

Слайд 12.

Витамин С: Я укрепляю весь организм, защищаю от простуды. Я живу в зелени петрушки и укропа, в помидорах, черной и красной смородине, красном болгарском перце, цитрусовых.

Слайд 13.

Витамин D: Я отвечаю за правильный рост костей и делаю ваши руки и ноги крепкими. Я живу в икре, молоке, яйцах, а еще в лучах солнца.

Воспитатель: Передадим корзинку с полезными продуктами Карлсону, пусть поправляется.

Чтоб здоровым оставаться -
Нужно правильно питаться.
Только овощи и фрукты -
Очень вкусные продукты.

Воспитатель: Теперь вы знаете, какие продукты не только вкусные, но и полезные. Дарю вам лепесток, на котором написано правило №5 - «**Овощи и фрукты — полезные продукты**».

Воспитатель. Вот мы и собрали волшебный цветок Здоровья. Подарим его Маше и пожелаем больше не болеть.

Дети читают стихотворение:

Каждый твердо должен знать:
Здоровье надо сохранять:
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься,
Руки мыть перед едой,
Зубы чистить, закаляться,
И всегда дружить с водой.

Вот тогда все люди в мире
Будут долго-долго жить.
И запомните - здоровье
В магазине не купить!

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, почему у нас получилось собрать лепестки волшебного цветка здоровья? (*Ответы детей*).

Воспитатель. Секрет успеха нашего путешествия прост - желание помочь всем, кто попал в беду. Маша тоже приготовила вам подарок – фруктовые соки. Порадуйте свой организм витаминами, которые живут в этих вкусных и полезных соках. А напоследок давайте подарим друг другу и нашим гостям улыбки.

А теперь мы улыбнемся,
Дружно за руки возьмемся,
И друг другу на прощание
Мы подарим пожелания:

Все дети: Желаем крепкого здоровья, бодрости и хорошего настроения.