

МБДОУ Детский сад №11 «Сказка» г. Дюртюли

**Конспект открытой организованной  
образовательной деятельности  
по валеологии с использованием  
здоровьесберегающих технологий и  
с применением ИКТ на тему: «Путешествие  
в Страну Здоровья»  
в средней группе**



Провела: воспитатель Ханова Г.Я

2016-2017 г.г.

## ОО «Познавательное развитие» (валеология)

### Цель:

Систематизировать представления детей о здоровом образе жизни.

### Задачи:

Закреплять знания детей о предметах личной гигиены: расчёска, мыло, полотенце, зубная щётка, носовой платок и навыках их использования.

Продолжать формировать представления о правилах личной гигиены, как о ценности здоровья, систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур. Довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур, режима дня, занятий физкультурой, соблюдения чистоты в доме. Продолжать формировать представления о правильном питании, его влиянии на наше здоровье.

Воспитывать желание выглядеть чистым и опрятным.

Развивать координацию движений, память, мышление, мелкую моторику, речь.

Совершенствовать навыки пальчиковых игр, дидактических игр, игр на внимание.

### Оборудование:

Кинопроектор, ноутбук, магнитофон, подносы с разрезными картинками на тему: «Уборка» на каждого ребёнка.

### Предварительная работа:

Просмотр м/ф «Мойдодыр», чтение сказок К.И. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе», чтение стихов и загадывание загадок о здоровье, о предметах личной гигиены, об овощах и фруктах, д/и, с/р, п/и физминутки, пальчиковая гимнастика по валеологии.

Звучит спокойная музыка

*(1 Слайд - Солнце)*

-Поздоровайтесь, ребята, с нашими гостями. А знаете, вы ведь, не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Русская народная поговорка говорит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь».

Доброе утро! Улыбнитесь скорее!  
Сегодня наш денек пройдет веселее  
Мы погладим нос, и щечки.  
Будем мы красивыми, как в саду цветочки.  
Разотрем ладошки сильнее, сильнее!  
А теперь похлопаем смелее, смелее!  
Ушки мы теперь потрем  
И здоровье сбережем!

Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. А вы знаете, что такое здоровье? (Ответы детей).

Правильно, здоровье - это счастье, хорошее настроение, улыбки и смех.

Вы хотите быть здоровыми? Тогда предлагаю вам отправиться в путешествие в Страну Здоровья. А чтобы туда попасть, нужно сказать волшебные слова:

«Я здоровье сберегу,

Сам себе я помогу!»

*(2 Слайд - Страна Здоровья)*

Вот мы и оказались в Стране Здоровья.

*(3 Слайд Королева здоровья - Гигиена)*

-Ой, ребята, посмотрите, а нас встречает Королева здоровья - Гигиена. Ребята, а что такое гигиена?

-Правильно, гигиена — это когда человек соблюдает чистоту тела, аккуратно и бережно относится к вещам, соблюдает порядок в комнате, она нас защищает и оберегает.

*(4 Слайд - Грязнуля и Чистюля)*

- Посмотрите, ребята, на первого мальчика, какой он? И на второго мальчика-какой он?

Когда кожа человека чистая - значит на ней нет микробов, а на грязной коже микробов очень много.

*(5 Слайд – дети умываются)*

- Не только люди соблюдают правила гигиены – животные тоже следят за чистотой своего тела и обучают этому своих детей.

*(6 Слайд - Животные умываются.)*

Чтение стих: Рано утром на рассвете

Умываются мышата,  
И котята, и утята,  
И жучки, и паучки.

- И мы с вами умоемся:

Самомассаж

Лобик мыли? Щечки мыли?

Ушки мыли? Ручки мыли?

Все помыли? Чистые теперь!

Открыта к здоровью дверь!

*(7 Слайд Королева здоровья - Гигиена)*

- Ребята, Королева Гигиена приготовила для вас загадки.

*(после каждой отгаданной загадки открывается слайд)*

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я белой пеной пенится, руки мыть не ленится *(мыло)*.

*(8 Слайд - мыло)*

2. Пластмассовая спинка, жёсткая щетинка с зубной пастой дружит, нам усердно служит *(зубная щётка.)*

*(9 Слайд - зубная щётка)*

3. Вытираю, я стараюсь, после ванны ребятню, всё намокло, всё измялось- нет сухого уголка *(полотенце)*

*(10 Слайд - полотенце)*

4. Частая, зубастая – берегись, голова вихрастая! *(расчёска)*

*(11 Слайд - расчёска)*

5. Лёг в карман и караулит рёву, плаксу и грязнулю, им утрёт потоки слёз, не забудет и про нос *(носовой платок)*

*(12 Слайд - носовой платок)*

6. Чтобы волосы блестели и красивый вид имели, чтоб сверкали чистотой, мною их скорей помой *(шампунь)*

*(13 Слайд - шампунь)*

Д/и «Для чего нужен этот предмет?» (с мячом)

*(14 Слайд - Солнце)*

-Молодцы, ребята, а теперь предлагаю вам отдохнуть.

Дыхательная гимнастика:

Раз, два, три, четыре, пять!

Все умеем мы считать.

Отдыхать умеем тоже-

Руки за спину положим,

Голову поднимем выше

И легко-легко подышим.

(Глубокий вдох, через нос, руки медленно поднять, ладони свести вместе.

Подняться на носки, подтянуться вверх, задержав дыхание. Медленный глубокий вдох со звуком ААААА, руки в такт выдоху опускаются вниз)

- Молодцы. Отправляемся дальше в путь.

Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь,

Все упражненья по порядку

Поможет вырасти ...зарядка

*(15 Слайд - зарядка)*

- После утренней зарядки повышается иммунитет, настроение, появляется аппетит.

Мы с вами тоже сделаем зарядку.

Физминутка

Живут мальчики – весёлые пальчики

Озорные ножки ходят по дорожке.

Шея крутит головою,

Повторяйте все за мною.

Вправо, влево оборотик

Покажите мне животик.

Наше тело подтянулось

И вперёд слегка нагнулось.

Как берёзонька стройна

Стала ровною спина.

А теперь все подтянулись

И друг другу улыбнулись.

-Молодцы, ребята, отправляемся дальше в путь.

*(16 Слайд - Дом Лесовичка)*

- И вот мы попадаем в «Дом Лесовичка».

*(17 Слайд - беспорядок в доме)*

Посмотрите ребята, какая грязь вокруг - здесь наверно побывала Грязнульда:  
везде беспорядок - немытая посуда, вокруг пыль, мухи. Ребята, что нужно  
сделать для того, чтобы этот дом снова засверкал красотой?

*(ответы детей)*

- Правильно, убрать здесь всё. Нужно сразу после еды вымыть и убрать  
посуду, смести со стола крошки, вынести мусорное ведро.

- Ребята, к приходу Лесовичка нам нужно навести порядок в его доме.

Подойдите к столам – на них разрезные картинки. Вам нужно  
собрать их, чтобы получились целые картинки.

*(Работа за столами с разрезными картинками на тему: «Уборка»)*

После того как соберут картинки:

*(18 Слайд - Уборка)*

-Вот вы и навели порядок, посмотрите, как стало чисто.

*(19 Слайд – порядок в доме)*

*(20 Слайд Лесовичок)*

- Молодцы, Лесовичок благодарит вас за помощь.

- Перед нами ещё один домик

*(21 Слайд - дом).*

Этот дом называется «*Правильное питание*».

*(22 Слайд - Повар).*

- Мы в гостях у Повара.

- Всегда ли еда может быть вкусной и полезной?

Дети: Не все продукты полезны для нашего организма.

- Какие полезные продукты знаете вы? Зачем они нужны для организма?

*(ответы детей)*

- Полезные продукты (*овощи, фрукты, каши, мясо и др.*) снабжают организм энергией, чтобы можно было двигаться и играть, заниматься, помогают организму расти, питают его витаминами. Витамины – такие вещества, которые нужны нашему организму, чтобы быть здоровыми, если их в пище мало человек болеет, становится вялым, грустным, слабым.

Д/и «Полезная и вредная еда»

Чтоб здоровым оставаться, нужно правильно питаться.

*(23 Слайд Королева здоровья - Гигиена)*

-Вот и закончилось наше увлекательное путешествие в Страну Здоровья.

Скажите, что вам понравилось? *(ответы детей)*

-Королева здоровья – Гигиена угощает вас мандаринами и желает вам расти крепкими и здоровыми.

-Ребята, нам пора возвращаться обратно в д/с. Вокруг себя обернись - в детском саду окажись.

*(24 Слайд - Солнце)*