

## Конспект занятия в старшей группы

### «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья»

**Цель:** Формировать представление о здоровом образе жизни; воспитывать желание следить за своим внешним видом; формировать знания о том, что природа является источником здоровья; сформировать знания о предметах личной гигиены и понятии – личная гигиена.

**Задачи:**

**Образовательная:**

1. Расширять представление детей о предметах быта, связанных с культурно-гигиеническими привычками, о том что природа является источником здоровья.
2. Расширять представление о культурно-гигиенических привычках средствами художественной литературы.
3. Развивать умение выразительно читать знакомые потешки, стихи.

**Развивающая:**

1. Формировать умение ориентироваться в пространстве.
2. Развивать умение точно выполнения движения в соответствии с текстом.
3. Учить наиболее выразительно отображать в рисунке образы (солнце, воздух, ручей) .

**Воспитательная:**

1. Формировать умение вести простой диалог с взрослым и сверстниками по поводу соблюдения культурно – гигиенических привычек.
2. Воспитывать желание следить за своим внешним видом и аккуратность.

**Предварительная работа:** Разучивание стихов разгадывание загадок; чтение произведения К. И. Чуковского «Мойдодыр»; беседы с детьми: о солнце, воздухе, воде; о личной гигиене.

**Оборудование:** проектор, схема чистки зубов, голубые ленточки, гуашь, кисти, листы белой бумаги, презентация «Солнце, воздух, вода».

**Ход занятия:** Воспитатель – ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие в страну «Здоровейка», занимайте места в вагончиках и отправляемся:

Вот поезд наш едет, колеса стучат,

А в поезде этом ребята сидят, чух-чух

Чух-чух, а в поезде этом ребята сидят. Чууух.

Вот мы и приехали.

Ребята скажите, когда мы с вами ехали, что светило нам в пути?

**Дети:** Солнце .

Рассказывание потешки:

Светит Солнышко в окошко

Светит в нашу комнату

Мы хлопаем в ладошки

Очень рады солнышку.

**Воспитатель:** дети, а что дает нам Солнышко?

**Дети:** Тепло, свет, солнечный загар, витамин «Д» .

**Воспитатель:** правильно, с солнцем мы получаем загар, принимаем солнечные ванны, витамин «Д» нужен нам для того, чтобы наши кости были крепкими.

**Физ, минутка «Солнышко»**

Вот как Солнышко встает

Выше, выше, выше. Дети поднимают руки через стороны вверх, поднимаясь на носочки.

К ночи Солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. Дети приседают, опуская руки вниз.

Хорошо, хорошо Солнышко смеется,

А под Солнышком нам

Весело живется. Дети шагают на месте, хлопая в ладоши.

- ребенку предлагается нарисовать солнышко на листе бумаги, закреплено на мольберте, в это время включаем запись «звук солнца» (звуки природы) .

**Воспитатель:** ребята, на прогулке, дома, в детском саду каждый день мы с вами дышим воздухом. Скажите, каким должен быть воздух, чтобы мы были здоровыми?

- воздух должен быть чистым, без пыли и грязи (ответы детей) .

**Воспитатель:** Правильно, воздух должен быть чистым, свежим, без посторонних запахов. А что может случиться с человеком, если воздух будет загрязнен?

**Дети:** человек может заболеть .

**Воспитатель:** дети, а мы с вами видим воздух? - Нет (ответ детей). А как вы думаете, почему? – потому, что он прозрачный (если знают отвечают) .

- Но мы можем его почувствовать, как он тонкой струйкой, через нос попадает к нам в живот. Давайте попробуем.

Дыхательная гимнастика - упражнение «Погончики» по Стрельниковой.

И. П – стоя ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

- вдох носом, плавно поворачиваем голову к правому плечу, выдох через рот, голову прямо, вдох, плавный поворот к левому плечу, выдох.

**Воспитатель:** дети, а к нам пришел необычный гость.

- Вот он.

- Что это?

**Дети:** Шарик.

**Воспитатель:** Он худой, маленький, его можно спрятать в ладошку, вот так (показать) .

Наш гость хочет, чтобы я его надула воздухом (надуваем) .

- Ребята, какой стал шарик?

**Дети:** Круглый, большой .

**Воспитатель:** Шарик легкий или тяжелый?

**Дети:** Легкий .

**Воспитатель:** А как вы думаете почему, что у него внутри?

**Дети:** Потому, что внутри воздух .

**Воспитатель:** Давайте послушаем, какой звук издает шарик, когда воздух из него выходит.

**Дети:** все вместе произносят звук ш-ш-ш-ш.

Детям предлагается нарисовать воздух в виде шарика, так как воздух мы не видим, но он есть в воздушном шарике.

Звучит музыка и входит «Мойдодыр»

Здравствуйте детишки,

Девчонки и мальчишки.

К вам спешил я в детский сад,

Всех я вас увидеть рад!

Я великий умывальник.

Знаменитый Мойдодыр.

Умывальников начальник

И мочалок командир.

Отвечайте мне.

Вы здоровенькие? Да (показывают)

Вы чистенькие? Да.

С мыло дружите? Да.

С водой дружите? Да.

- Покажите-ка, как вы дружите с водой, как моете руки (показ детьми правила мытья рук)

Чтение и имитация движениями.

Кран откройся нос умойся

Мойтесь сразу оба глаза

Мойтесь уши, мойся шейка, мойся шейка хорошенька.

Мойся мойся обливайся, грязь смывайся, грязь смывайся.

- А где можно встретить воду?

- В реке, ручейке, океане... (ответы детей) .

**Игра** «Ручеек» из коротких ленточек, разложенных в разных местах групповой комнаты ., соединить их в одну «большую речку».

Детям предлагается нарисовать воду (ручеек, в это время звучит запись «Звуки природы» - весенний ручеек.

- А какие предметы личной гигиены вы знаете?

- Расческа, мыло, зубная щетка, паста, зубной порошок.... (ответы детей) .

- Каждое утро и вечер всем нужно чистить зубы, так как между зубами остаются остатки пищи. Рассмотреть с детьми правила чистки зубов.

Рисование зубной щетки.

- А отгадаете ли вы мои загадки?

**Загадки:**

Зубастая пила, в лес густой пошла

Весь лес обходила, ничего не спилила

(расческа)

Костяная спинка, жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит

Нам усердно служит

(зубная щетка)

Гладко и душисто, моет очень чисто,

Нужно, чтоб у каждого было. Что это? (мыло) .

Она помогает нам чистыми стать

И вымыть полы и белье постирать

(вода)

**Воспитатель:** Ну, молодцы, теперь я уверена, что вы всегда будете следить за чистотой своего тела, за своим здоровьем . До свидания ребята.

Дарит детям детское мыло.

**Воспитатель:** - Ребята, вот наше путешествие и подошла к концу, нам пора отправляться в детский сад, давайте займем свои места в вагончиках.

Поехали:

Вот поезд наш мчится

Колеса стучат, а в поезде

Этом ребята сидят

Чух-чух, чух-чух,

а в поезде этом ребята сидят.

Чууух.

Вот мы и вернулись в детский сад. Скажите что вы узнали, кого мы можем назвать нашими лучшими друзьями?

**Дети:** Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья .