

**Конспект НОД «игра – путешествие» для детей старшей группы.**

**Тема: «В стране Здоровячков».**

**Мещерякова Наталья Юрьевна**

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №380**

**Дзержинского района Волгограда» (МДОУ детский сад №380)**

**Воспитатель**

**Задачи:** Способствовать формированию у ребенка потребности быть здоровым. Выяснить уровень сформированных навыков гигиенического поведения, знаний детей о влиянии на здоровье закаливания, правильного питания, свежего воздуха, настроения.

Закрепить представления о значении физкультуры и спорта в укреплении здоровья человека.

Совершенствовать связанную, диалогическую речь, активизировать словарь: массаж, самомассаж, закаливающие процедуры; формировать умение понимать значение пословиц и поговорок о здоровье.

Развитие познавательного интереса, мышления, памяти через игровые задания и упражнения.

Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, стремление вести здоровый образ жизни.

Воспитывать нравственные качества личности: отзывчивость, желание помочь другу, доброту, умение работать в команде.

**Материал:**

Письмо от Винни-Пуха, бочонок с карточками-заданиями, дидактическая игра «Мой день», карточки с загадками, мяч, карточки с изображением различного спортивного инвентаря, плакат с зимними и летними видами спорта, карточки с изображением спортсменов, детей с разными эмоциями

**Ход игры.**

В группу к детям приходит письмо от Винни-Пуха и подарок- бочонок с сюрпризом. Воспитатель зачитывает письмо детям.

**Воспитатель:** Внимание! Внимание! Спешу вам сообщить

Сегодня в путешествие хочу вас пригласить!

За морями, за лесами есть огромная страна

«Страною Здоровячков» зовется она.

(Обращаясь к детям). Хотите побывать в этой стране?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** А вы знаете, кто такие Здоровячки?

**Дети:** Это здоровые, сильные люди.

**Воспитатель:** В путь дорогу собираемся, за здоровьем отправляемся.

(по очереди дети достают из бочонка карточку-задание, которое им предстоит выполнить на каждой станции)

### **1 станция «Режим дня».**

**Воспитатель:** С чего начинается наш день в детском саду?

**Дети?** С зарядки.

Каждый день по утрам делаем зарядку (ходьба на месте)

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать, руки поднимать (ходьба, руки вверх)

Приседать и вставать (приседание 2-4раз)

Прыгать и скакать (4 прыжка).

**Воспитатель:** Какое правило мы знаем?

**Дети:** Здоровье в порядке, спасибо - зарядке.

**Игра «Мой день»** (дети делятся на четыре команды, каждая команда собирает картинку-пазл: что мы делаем утром, днем, вечером, ночью).

### **2 станция «Чистота – залог здоровья».**

**Воспитатель:** Сейчас проверим, знают ли дети, что необходимо иметь, чтобы быть чистыми и здоровыми? (воспитатель загадывает детям загадки)

Хожу, брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей. (Ответ детей – расческа)

Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пениться  
Руки мыть не ленится. (Мыло)

Волосистою головкой  
В рот она влезет ловко  
И считает зубы там  
По утрам и вечерам. (Зубная щетка)

Лег в карман и караюлю  
Реву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слез  
Не забуду и про нос. (Носовой платок)

Говорит дорожка –  
Два вышитых конца:  
- Помойся ты немножко,  
Чернила смой с лица!  
Иначе ты в полдня  
Испачкаешь меня. (Полотенце)

Из ковра чистюля-робот тянет пыль и грязь в свой хобот. (Пылесос)

Вроде ежика на вид, но не просит пищи. По одежде пробежит — и одежда станет чище. (Щетка платяная)

Вот какой забавный случай! Поселилась в ванной туча. Дождик льется с потолка мне на спину и бока. До чего ж приятно это! Дождик теплый, подогретый, на полу не видно луж. Все ребята любят... (Душ)

Я не хвастая скажу: Всех друзей омоложу! Идут ко мне унылые — С морщинками, со складками, Уходят очень милые, Веселые и гладкие! Значит, я надежный друг — Электрический... (утюг).

**Воспитатель:** Какое правило следует знать?

**Дети:** Чистота – залог здоровья.

### **3 станция «Витаминная».**

**Малоподвижная игра «Полезное и вредное».** (Игра проводится по типу «Съедобное – несъедобное». Воспитатель называет полезный или вредный продукт, а ребенок должен поймать или откинуть мяч.)

**Воспитатель:** Какое правило вы усвоили?

**Дети:** Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна витаминная еда.

### **4 станция «Спортивная».**

**Воспитатель:** Ребята кто такие спортсмены? Какие виды спорта вы знаете? Зачем нужно заниматься спортом?

(Воспитатель предлагает детям рассмотреть плакат с различными видами спорта, выясняют, что виды спорта бывают летние и зимние.)

**Дидактическая игра: «Кому что нужно?»**

( Дети подбирают картинки спортсменов к спортивным сооружениям.)

**Воспитатель:** Какое правило вы усвоили?

**Дети:** «Кто спортом занимается, с болезнями не знается».

**Воспитатель:** А теперь давайте отдохнем.

### **Физкультминутка:**

Я согнусь, разогнусь (наклоны вперед, руками касаясь, пола)

В мячик поиграю (прыжки на месте)

Попляшу (прыжки с выбрасыванием ног вперед)

Покручусь (прыжки вокруг себя)

И здоровья наберусь! (сгибают руки к плечам )

### **5 станция «Закаливающие процедуры».**

**Воспитатель:** Ребята, вспомните высказывание: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». А почему так говорят, в чем помогают нам они?

**Дети:** Закаливаться.

**Воспитатель :** Правильно. Как вы думаете, зачем надо закаливать организм?

**Дети:** Закаленный человек мало или совсем не болеет. Легче переносит заболевание. У него всегда бодрое настроение.

**Воспитатель:** Мы с вами знаем уже простой способ закаливания, который можно делать каждый день. Это массаж и самомассаж (поглаживание, растирание, надавливание). Какую песенку - правило мы с вами знаем про закаливающие процедуры?

**Дети:** Закаляйся, если хочешь быть здоров,  
Постарайся позабыть про докторов,  
Водой холодной обтирайся, если хочешь быть здоров.

### **6 станция «Настроение».**

На стене фотографии детей с разными эмоциями.

**Воспитатель:** Что же это за станция? Какие лица детей вам больше нравятся? Человек может радоваться и огорчаться, веселиться, плакать. От того, какое настроение у человека зависит его здоровье. Как?

- Улыбка - это залог хорошего настроения. Это наше новое правило, которое мы будем всегда соблюдать. Улыбаясь, мы дарим себе и друг другу здоровье и радость. Что ещё помогает сохранить хорошее настроение? (добрые слова). Давайте улыбаться друг другу и всегда говорить добрые слова. Какое правило мы знаем: «Грубых слов не говори, только добрые дари».

**Итог:** Вот и закончилось наше путешествие по «стране Здоровячков». Вам понравилось? А какое у вас сейчас настроение? Я хочу пожелать вам, чтобы вы были здоровыми, веселыми, красивыми. Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о нас лучше, чем мы сами.