

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа № 19 имени Героя России Алексея  
Кириллина города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области  
структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы дошкольного  
образования, «Детский сад № 55»

Конспект непосредственно образовательной деятельности  
с использованием здоровьесберегающих технологий  
в старшей группе на тему:  
**«Путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ»**

Выполнила:  
Никонова Екатерина Владимировна,  
воспитатель  
СП «Детский сад №55»ГБОУ СОШ №19 г. Сызрани

## **Тема: «Путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ»»**

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие.

### **Задачи:**

#### **Познавательное развитие:**

- расширить знания детей о здоровом образе жизни;
- закрепить знания о предметах личной гигиены;
- уточнить представление детей о пользе витаминов для здоровья;
- расширить знания детей о роли режима дня в жизни человека;
- сформировать представление детей о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни.

#### **Физическое развитие:**

- воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье;
- прививать у детей желание заниматься спортом, самомассажем (точечный массаж);
- совершенствовать умения и навыки выполнения движения согласно тексту;
- формировать стремление к здоровому образу жизни.

#### **Социально-коммуникативное развитие:**

- формировать готовность к совместной деятельности;
- воспитывать у детей привычку следить за своим внешним видом;
- развивать общение и взаимодействие детей со сверстниками и взрослыми по поводу здорового образа жизни.

#### **Речевое развитие:**

- ввести в активный словарь детей слова: здоровье, гигиена, витамины, закаливание, самомассаж;
- активизировать мышление детей при разгадывании загадок.

#### **Предварительная работа:**

Чтение и заучивание стихов о здоровье, о занятии спортом; загадывание загадок на данную тему; беседы «Почему люди болеют»? «Что такое микробы»? «Спорт и его значение», «Роль питания в жизни человека»; выполнение физкультурных разминок, точечного массажа.

**Материалы и оборудование:** Мультимедийное оборудование, презентация «Путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ» », аудиозапись со спокойной мелодией.

**Методы и приемы:**

Наглядный (приемы: показ презентации, рассматривание).

Словесный (приемы: рассказ, загадывание загадок, вопросы воспитателя).

Практический (приемы: игры, двигательные упражнения, физкультминутка, самомассаж ).

Здоровьесберегающая технология: точечный массаж для профилактики простудных заболеваний «Неболейка».

<i>№ п/п</i>	<i>Детская деятельность</i>	<i>Методы организованной совместной деятельности</i>
1	Двигательная	Двигательные упражнения «Ты шагай», физкультминутка, точечный массаж «Неболейка»
2	Познавательная	Рассматривание изображений на экране
3	Игровая	<b>игра «Да или Нет»</b> <i>Цель:</i> Учить детей мыслить, делать правильные умозаключения. <b>Дидактическая игра «Закончи предложение»</b> <i>Цель:</i> учить детей дополнять предложения словом, подходящим по смыслу.
4	Коммуникативная	Рассказывание, загадывание и отгадывание загадок, вопросы воспитателя.
5	Восприятие художественной литературы и фольклора	Чтение пословиц и поговорок о здоровье.
6	Музыкальная деятельность	Слушание спокойной мелодии.

<i>№ п/п</i>	<i>Деятельность воспитателя</i>	<i>Деятельность воспитанников</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
1	<p>- Ребята, здоровье это самая главная ценность человека. Здоровье - это отсутствие заболеваний. И для того чтобы узнать, что нужно делать, чтобы сохранить свое здоровье на долгие годы мы сегодня с вами отправимся в небольшое путешествие по стране «ЗДОРОВЬЕ» с доктором Айболитом.</p> <p>Доктор Айболит предлагает нам посетить некоторые городки. По его мнению, это самые важные городки в стране «ЗДОРОВЬЕ».</p> <p>Показывает на экране карту путешествия с названием городков, в которых должны побывать.</p>	<p>Слушают воспитателя и соглашаются отправиться в путешествие. Рассматривают на экране карту путешествия.</p>	<p>Проявление познавательного интереса, любознательности.</p>
2	<p>- Дорога в эту страну далекая и не легкая. Вы готовы к трудностям? А в путешествие я предлагаю, отправимся пешком.</p> <p><b>Двигательные упражнения «Ты шагай»</b></p> <p>Мы шагаем, мы шагаем, Ноги выше поднимаем!</p> <p>Мы шагаем по дорожке, Веселей стучите, ножки</p> <p>Мы бежим, мы бежим На носочках мы бежим. И на пяточках пойдем,</p>	<p>Дети соглашаются отправиться в путешествие. Выполняют двигательные упражнения по тексту.</p>	<p>Сформирована готовность к совместной деятельности. Совершенствуются умения и навыки выполнения движения согласно тексту. Создано эмоциональное настроение.</p>

	<p>Топать громко мы начнем,  На лошадке мы поскачем,  Очень сильно мы поскачем.  Маршируем веселее,  Ножки топают дружнее.</p>		
3	<p><i>Замена слайда на экране.</i>  <b>Первый городок «Городок Чистоты».</b>  - Чтобы быть здоровым нужно содержать себя в чистоте. И недаром говорят в народе...  <b>«Чистота — залог здоровья».</b>  -А как вы понимаете эту поговорку?  -Ребята, а умение ухаживать за своим телом, как можно назвать одним словом?  - Совершенно верно – ГИГИЕНА. Давайте вспомним гигиенические процедуры, которые мы должны соблюдать.</p>	<p>Высказывают свои мнения.</p> <p>Рассказывают, как они ухаживают за своим телом.</p>	<p>Активизированы мышление, связная речь.</p> <p>Введено в словарь детей слово «гигиена»</p> <p>Формируется привычка следить за своим внешним видом.</p> <p>Закреплены знания о гигиенических процедурах.</p>
4	<p><i>Предлагает отгадать загадки с названием предметов гигиены, которые помогают быть чистыми.</i>  <i>Замена слайда на экране с изображением отгадок.</i>  1. Не люблю грязнуль, нерях,  Грязных шортиков, рубах.  Чтоб без сажи были лица,  Предлагаю всем умыться.  А чтоб тело чистым было,  Вам поможет в этом.</p>	<p>Отгадывают с предметами гигиены.  Рассматривают отгадки на экране.</p>	<p>Активизировано мышление детей при разгадывании загадок. Закреплены знания о предметах личной гигиены.</p>

	<p><b>(Мыло)</b> 2. Дождик теплый и густой: Этот дождик не простой, Он без туч, без облаков, Целый день идти готов.</p> <p><b>(Душ)</b> 3. На себя я труд беру: Пятки, локти с мылом тру И колени оттираю - Ничего не забываю.</p> <p><b>(Мочалка)</b> 4. Костяная спинка, Жесткая щетинка, С мятной пастой дружит, Нам усердно служит.</p> <p><b>(Зубная щетка)</b> 5. Мягкое, пушистое Беленькое, чистое. В душ его возьму с собой Буду чистый и сухой.</p> <p><b>(Полотенце)</b> 6. Всех лохматых расчесать, Кудри в косы заплетать, Делать модную прическу Помогает нам ...</p> <p><b>(Расческа)</b></p>		
5	<p><i>Предлагает двигаться дальше по стране «ЗДОРОВЬЕ».</i> <i>Двигательные упражнения «Ты шагай».</i></p>	<p>Повторяют двигательные упражнения по тексту.</p>	<p>Осуществляется координация речи с движением.</p>
6	<p><i>Замена слайда на экране.</i> <b>Второй городок «Городок Здоровичков».</b> - Если хочешь быть здоровым Правильно питайся Ешь побольше витаминов, С болезнями не знайся! - Правильное питание</p>	<p>Дети слушают воспитателя. Отвечают на вопросы «да» или «нет». Рассматривают изображения на экране.</p>	<p>Формируются знания о правильном питании.</p> <p>Введено в словарь детей слово «витамины»</p>

	<p>способствует укреплению здоровья. Необходимо употреблять в пищу полезные продукты, богатые витаминами. Витамины нужны для укрепления организма, защиты от вирусов и заболеваний. Витамины находятся в следующих продуктах.</p> <p>Витамин А – морковь, рыба, яйца, петрушка. Важен для зрения.</p> <p>Витамин В – мясо, молоко, курица, орехи. Важен для сердца.</p> <p>Витамин С – лимон, апельсин, капуста, смородина, лук. Важен от простуды.</p> <p>Витамин Д – солнце, рыбий жир. Важен для костей.</p> <p>Предлагает поиграть в игру <i>«Да или Нет»</i></p>		
7	<p><i>Предлагает двигаться дальше по стране «ЗДОРОВЬЕ».</i></p> <p><i>Двигательные упражнения «Ты шагай».</i></p>	<p>Повторяют двигательные упражнения по тексту</p>	<p>Осуществляется координация речи с движением.</p>
8	<p><i>Замена слайда на экране.</i></p> <p><b>Третий городок «Городок Неболейка».</b></p> <p>- Как вы думаете, ребята, чтобы не болеть, что же еще надо делать?</p> <p>- Побольше гулять на свежем воздухе, делать зарядку, закаляться и заниматься спортом.</p>	<p>Дети высказывают свои мнения.</p>	<p>Развивается свободное общение детей с воспитателем по поводу здорового образа жизни. Воспитывается у детей желание заботиться о своем здоровье.</p>

9	<p>- Давайте вместе выполним небольшую зарядку.</p> <p><b>Физкультминутка:</b>  Как только просыпаешься  Зарядку делай, друг,  Тогда лишь только радостным  Будет все вокруг.  В любую ты погоду  Беги скорей гулять,  Тогда ты закаленным  Сможешь стать.  Надо спортом увлекаться,  Заниматься каждый день.  Надо нам тренироваться  И не слушать нашу лень.</p> <p>- По утрам не ленитесь  делать зарядку. И  спортом заниматься  нужно, ведь он  продлевает жизнь.</p>	<p>Выполняют движения</p> <p>(руки вверх, в стороны)</p> <p>(легкий бег на месте)</p> <p>(наклоны в бок)</p> <p>(шаг на месте)</p>	<p>Сформированы положительные эмоции при физической активности.</p> <p>Сняты усталость и напряжение.</p> <p>В словарь детей введены слова: здоровье, закаливание.</p> <p>У детей появляется желание заниматься спортом и зарядкой.</p>
10	<p><i>Предлагает еще выполнить точечный массаж для профилактики простудных заболеваний</i></p> <p><b>«Неболейка»</b></p> <p>1. Чтобы горло не болело  Мы погладим его смело.  2. Чтоб не кашлять, не чихать  Надо носик растирать  3. Лоб мы тоже разотрём  Ладонку держим козырьком.  4. «Вилку» пальчиками сделай  Массируй ушки ты умело.  5. Знаем, знаем, да-да-да  Нам простуда не страшна.</p>	<p>выполняют движения руками</p> <p>1.поглаживают ладонями шею сверху вниз.  2.указательными пальцами растирают крылья носа.  3.прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны – вместе.  4.раздвигают указательные и средние пальцы и растирают точки перед ушами и за ними.</p>	<p>В словарь детей введено слово: самомассаж.</p> <p>Проведена профилактика простудных заболеваний.</p> <p>У детей появляется желание заниматься самомассажем.</p>

		5.потирают ладони	
11	<p>- Простуда нам теперь не страшна. Отправляемся дальше.</p> <p><i>Двигательные упражнения «Ты шагай».</i></p> <p>- Вот и последний городок нашего путешествия.</p>	Повторяют двигательные упражнения по тексту «Ты шагай».	Осуществляется координация речи с движением.
12	<p><i>Замена слайда на экране.</i></p> <p><b>Четвертый городок «Городок Отдыхайка».</b></p> <p>- В этом городке все любят отдыхать. И главное правило здесь – это соблюдение режима дня.</p> <p>-Кто хочет рассказать про свой режим дня?</p>	Рассказывают о своем режиме дня.	Расширены знания детей о роли режима дня в жизни человека.
13	<p>- Вечером нужно ложиться спать в одно и то же время, чтобы утром встать с хорошим настроением. Ребята в вашем возрасте необходимо днем спать. Ведь дневной сон восстанавливает силы, улучшает настроение. Здесь мы с вами попробуем отдохнуть и расслабиться под спокойную музыку. Закройте глаза, расслабьтесь и подумайте о чем-то приятном.</p>	Дети ложатся на коврики, закрывают глаза, расслабляются и слушают спокойную музыку.	Снято эмоциональное напряжение, получены положительные эмоции.
14	-Ребята это был последний городок	Дети с закрытыми	Получены положительные

	<p>нашего путешествия и нам пора возвращаться в детский сад. Предлагаю вам закрыть глаза и повторять за мной:</p> <p>- А теперь со мною вместе покружись-покружись и в детском саду очутись.</p>	<p>глазами кружатся вокруг себя и возвращаются в детский сад.</p>	<p>эмоции.</p>
<p>15</p>	<p>-Понравилось вам путешествие?  -Предлагаю сыграть в игру и тем самым повторить секреты здоровья.</p> <p><b>Игра: «Закончи предложение»</b>  Если хочешь быть здоров -... (закаляйся).  Водой холодной по утрам -... (умывайся).  Спорт любите с детских лет, будьте -... (здоровы).  Чтобы не чихать. Витамины надо - ... (принимать).  Овощи и фрукты для здоровья полезные - ... (продукты).  Здоровье в порядке, спасибо ... (зарядке).  Пешком ходить – долго - ... (жить).  Чтоб микробы удалить, надо руки - (мылом мыть).  Чистота – залог - ... (здоровья).  Секреты здоровья сам выполняй и другим напоминай!</p>	<p>Дети ответами заканчивают поговорки.</p>	<p>Сформируется представление детей о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни.</p>

16	<i>Замена слайда на экране.</i> -Будьте здоровы!	Ответ детей «Всегда здоровы»	Создан фон положительного эмоционального удовлетворения от путешествия.
----	-----------------------------------------------------	---------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------