Частное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 261 открытого акционерного общества

«Российские железные дороги»

Конспект непрерывной образовательной деятельности на тему:

«Будь здоров без докторов!» (квест-игра)

для детей старшего дошкольного возраста.

Корсун С. Ю., воспитатель

Группа №7 (ОНР)

г. Хабаровск

2020

**Интеграция образовательных областей**: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Физическое развитие», «Социально - коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

**Цель:** Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

*Образовательные:*

* Уточнить знания о полезных свойствах воды и мыла с опорой на исследовательские действия.
* Закрепить основные понятия: распорядок дня, личная гигиена, витамины, полезные продукты, ЗОЖ.
* Способствовать развитию речи детей. Обогащать и активизировать словарь за счет слов, обозначающих предметы личной гигиены, названий продуктов, названий частей суток.
* Прививать уважение к физическим упражнениям и занятию спортом.
* Сформировать у детей представление о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

*Развивающие:*

* Развивать у детей способность активного общения со взрослым, с интересом отвечать на его вопросы, совместно решать проблемные ситуации.
* Развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь.
* Развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность.

*Воспитательные:*

* Воспитывать у детей навыки и потребность в ЗОЖ.
* Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

**Предварительная работа:** беседы о здоровье, просмотр презентаций на тему «Мое здоровье — мое богатство», чтение художественной литературы «Мойдодыр», «Федорино горе» К. Чуковского, загадывание загадок, игры с мячом «Вредно-полезно», «Распорядок дня», заучивание стихотворений.

**Формы организации детей:** групповая,работа по подгруппам, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей.

**Методы и приемы:** *Наглядные* (наблюдение за микробами, водой и мылом);

*Словесные* (беседа о ЗОЖ, художественное слово, вопросы к детям);

*Практические* (игровые действия, опыты, аппликация)

**Материалы и оборудование:** ноутбук,мольберт, настенная доска, мешочек с предметами личной гигиены, подносы, ёмкости с водой, молотый чёрный перец, жидкое мыло, рисунок ладошек, губки, УФ фонарик, льдинки-камушки зелёного и синего цвета, часы настенные, часы песочные, мячик-снежок, настольная игра «Мой день», коробочка с массажёрами Су-Джок, конверт с заданиями, картинки с разными продуктами, силуэт книги, клей на каждого ребёнка, салфетки, посылка с подарками (медальки, воздушные шарики, витаминки), аудизапись произведений о ЗОЖ, плакаты о ЗОЖ – 5 шт.

**Структура занятия:**

*I. Вводная часть.*

а) коммуникативная игра «Здравствуй!»;

б) создание проблемной сутуации;

в) рассматривание карты-схемы квест-игры.

*II. Основная часть.*

а) дидактическая игра «Мешочек Здоровья» (с предметами личной гигиены);

б) демонстрация опытов;

в) игра со снежком «Когда это бывает?»;

г) деление на команды «Ёлочки» и «Льдинки» (разноцветные льдинки-камушки);

д) настольная игра «Мой день», вариант «Кто быстрее?»;

е) взаимопроверка;

ё) самомассаж шариками Су- Джок (с проговариванием);

ж) физическая минутка «Мы не будем торопиться» (под музыку с проговариванием);

з) речевая игра «Помогите закончить предложение»;

и) дидактическая игра «Полезные и вредные продукты»;

й) коллективная аппликация «Книга «Правильное питание» (по подгруппам);

к) взаимопроверка.

*III. Заключительная часть (рефлексивный этап)*.

а) обобщение воспитателя (поиск посылки, получение подарков);

б) анализ НОД (о том, какие знания показали дети);

в) задание на перспективу (сделать рисунки Снеговику о ЗОЖ).

**Ход НОД**

* 1. *Вводная часть.*

*Звучит песня про сохранение здоровья.*

**Воспитатель.** -Дети, я приглашаю вас в круг. Давайте поприветствуем друг друга! *(дети здороваются друг с другом).* Мы с вами не просто поздоровались, а пожелали друг другу здоровья. И не спроста мы это делаем, ведь здоровье – это самое ценное что есть у человека. Нет здоровья и радость не в радость. А что значит по-вашему быть здоровым, дети? (*ответы детей).* Сегодня мы с вами будем говорить о самом большом и главном богатстве человека - о здоровье.

(*звучит сигнал «Получено сообщение»)*  
**Воспитатель:** - Дети, я получила видео-сообщение, подойдём поближе и посмотрим его. *(Открывает ноутбук, на экране появляется Снеговик)*

**Снеговик:** -Ребята, здравствуйте! Вы меня узнали? Я - весёлый Снеговик из зимнего, новогоднего леса. Я собрал для вас посылку-подарок под ёлочку. Хотел сегодня её отправить, но коварная Баба Яга её у меня забрала и где-то спрятала. Что же делать? Ведь в посылке что-то для вас очень полезное и важное…Вам нужно её отыскать. А поможет вам в этом мой волшебный снежок! Ловите... Желаю вам удачи! *(в этот момент воспитатель выкатывает из-за ноутбука снежок)*

*II. Основная часть.*

**Воспитатель. –** Ребята, вы хотите получить подарок от Снеговика? Для того, чтобы узнать, куда же спрятала Баба Яга посылку, нам придется пройти по разным тропинкам в лесу. *(рассматривание схемы на доске*) И постараться выполнить все задания, чтобы ключики открыли нам путь. Вы готовы? Тогда отправляемся за снежком…(*катит снежок по первой тропинке)*

**Воспитатель.** -Посмотрите, что это? *(Мешочек*). А мешочек-то не пустой…в нём лежат какие-то предметы…

Дидактическая игра «Мешочек Здоровья» \*

*Дети достают по одному предметы личной гигиены (расческа, носовой платок, полотенце, мочалка, зубная паста и щетка, мыло) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.*

**Воспитатель.** –Ребята, хотите увидеть, как мыло побеждает микробы?

Опыты: \*\*

1. «Невидимые микробы» *(с помощью УФ фонарика)*
2. «Исчезающие микробы» *(ёмкость с водой, рисунок ладошек с микробами)*
3. «Микробы спасаются бегством» *(тарелка с водой, молотый черный перец. капля жидкого мыла)*
4. «Победа над микробами» *(рисунок ладошек с микробами в файле, поролоновая губка)*

**Воспитатель.** – Дети, для чего же нам надо мыть руки? А покажите, как правильно это делать.

**Двигательное упражнение «Умывалочка»**

*(автор текста и движений Подколзина О.В.)*

Чтоб здоровым, сильным быть, *Маршируют на месте.*

Нужно руки чаще мыть. *Вытягивают руки вперёд.*

Мылим тщательно ладони*, Потирают ладони друг о друга.*

Дальше — с тыльной стороны. *«Моют» тыльную сторону*.

Ну а после каждый пальчик *«Намыливают» каждый пальчик.*

С мылом тщательно потри.

После — личико умой, *«Умываются» (по воздуху).*

А теперь водой всё смой!

Все микробы с рук мы смыли, *Хлопают в ладоши.*

И вирус вредный победили!

**Воспитатель.** – Смотрите, мы смогли пройти эту тропинку до конца и получили подсказку (*дети переворачивают на доске картинку с ключиком и плакат «Чаще мойся, воды не бойся»).* Пора идти дальше *(катит снежок по следующей тропинке)*

**Воспитатель**. - Дети, что это? *(звук тиканья часов)* Как вы думаете, зачем нам нужны часы? *(ответы детей)* Да, вы правы, часы нам нужны для того, чтобы знать, когда надо проснуться, чтобы не опоздать в детский сад на утреннюю гимнастику, чтобы знать, когда наступит обед, время прогулки и сна. Как это называется*,* когда выполняются все дела в течение дня по времени? *(режим дня)*

Игра «Когда это бывает?» *(с мячом)*

*(дети встают в круг, воспитатель со снежком в центре круга. Воспитатель задает вопрос, например: «Мы чистим зубы когда?» и бросает мяч ребенку тот отвечает на вопрос и возвращает мяч воспитателю.)*

**Воспитатель.** - А теперь я хочу предложить вам поиграть в игру «Мой день» (вариант «Кто быстрее»). Для этого предлагаю вам разделиться на две команды *(на тарелочке камушки-льдинки двух цветов синий и зеленый, по количеству детей).* *Каждой команде раздаются картинки с режимом дня, задача команды разложить картинки в соответствии действия людей в разное время суток. После чего идет взаимопроверка детей. Звучит песня про распорядок дня.*

**Воспитатель.** – Молодцы! И эту тропинку одолели! (*на доске плакат «Соблюдай режим дня»).* Отправляемся дальше *(катит снежок по след. тропинке)*

*Раздается волшебная музыка.*

**Воспитатель.** - Что за чудо коробочка? Хочется посмотреть что же там внутри?  
*(в коробочке лежат мячики Су Джок). Х*отите поиграть с волшебными мячами.

Этот шарик не простой *(Движения выполняются по тексту)*  
Весь колючий, вот такой.  
Меж ладошками кладем.  
Им ладошки разотрем.  
Вверх и вниз его катаем  
Свои ручки развиваем!  
Можно шар катать по кругу  
Перекидывать друг другу.  
1, 2, 3, 4, 5 –  
Всем пора нам отдыхать.

**Воспитатель.** – Выходите на физминутку *(звучит музыка «Физкульт-ура!»)*

«Мы не будем торопиться»

Чтобы стать ещё умнее,  
Мы слегка покрутим шеей.  
Раз и два, раз и два,  
Не кружись ты, голова. *(Вращение головой в стороны.)*Разминая поясницу,  
Мы не будем торопиться. *(Наклоны вперёд-назад)*Вправо, влево повернись,  
На соседа оглянись. *(Повороты туловища в стороны.)*

Раз-два-три-четыре-пять,  
Ноги надо нам размять. *(Перекаты носок-пятка.)*

Напоследок, всем известно  
Как всегда ходьба на месте. *(Ходьба на месте.)*

От разминки польза есть? *(дети кричат: «ДА!»)*

**Воспитатель**. - Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не заменит физические упражнения. Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения? *(укрепляют мышцы, закаливают организм, дарят нам бодрое, хорошее настроение, прогоняют усталость)* **Воспитатель.** - А какие физические упражнения делаете вы? *(Ответы детей)*  
**Воспитатель.** – Правильно, утренняя гимнастика, подвижные игры, посещаете занятия, спортивную секцию, катание на санках, велосипеде, плавание. Вот и следующую тропинку мы прошли, а посылку не нашли…Зато получили ещё одну подсказку (*на доске «Двигайся больше – проживёшь дольше!»).* Отправляемся дальше *(катит снежок по след. тропинке.)*

**Воспитатель**. – Смотрите, здесь конверт. Давайте посмотрим, что внутри…Задания! Дети помогите мне закончить предложение "Чтоб здоровым оставаться, нужно правильно… *(ответы детей)* питаться»

Чтоб здоровым оставаться,

Нужно правильно питаться.

Пищей сладкой шоколадной

Ты не увлекайся.

Очень кислого, соленного

Ты остерегайся.

Только овощи и фрукты,

Очень вкусные продукты.

Игра «Полезные и вредные продукты».

**Воспитатель.** – Я буду зачитывать четверостишье о продуктах. Если они полезные, то вы все вместе хлопаете, если они вредные, то топаете.

1. Пейте дети молоко, будете здоровы (хлопают).

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис (топают).

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет, ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и виноград (хлопают).

4. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок (хлопают).

**Воспитатель**. - Дети, какие витамины находятся в продуктах? (*ответы детей)*

**Воспитатель**. - Все правильно. А чтобы не забывать кушать овощи и фрукты, и полезные продукты, рыбу, мясо, зелень, лук, который избавит от многих недуг предлагаю вам создать книгу «Правильное питание» *(правильные продукты приклеивают «Ёлочки» на ту сторону книги, где весёлый зубик, а вредные продукты приклеивают «Льдинки» – где грустный зубик).*

*Дети выполняют коллективную аппликацию. Взаимопроверка команд.*

*Звучит песня о правильном питании.*

**Воспитатель**. – Вот мы справились и с этим заданием. И получили подсказку (*на доске «Правильно питайся – здоровья набирайся!»).* Но посылку так и не нашли…. *(катит снежок по след. тропинке.)*

*III. Заключительная часть (рефлексивный этап)*.

**Воспитатель**. - Смотрите, ребята, наш снежок привел нас к сугробу *(в этот момент воспитатель показывает детям посылку, которая была спрятана под тканью. Звучит детская песня про ЗОЖ.* *Открывает и достает медальки с ЗОЖ, вручает детям; воздушные шарики для дыхательной гимнастики и баночку с витаминами).*

**Воспитатель**. - Ребята, а для чего нужны витамины? *(чтобы укреплялся наш организм, организму легче бороться с болезнями*; *было крепкое здоровье).*

- На каких мы побывали тропинках? Как же нам оставаться здоровыми без докторов? *(ответы детей)*. Молодцы! Не забудьте об этом рассказать своим родителям.

-Какой полезный и нужный подарок подарил нам Снеговик! А я предлагаю вам дома нарисовать рисунки для Снеговика о том, что больше всего вам запомнилось в зимнем новогоднем лесу. Ему будет очень приятно получить от вас подарки под Новый год.