

Российская Федерация  
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 140 комбинированного вида»,  
Советского района г. Красноярска.  
660135, г. Красноярск, ул. Октябрьская, д.9, т.228-04-30.  
E- mail: [dou140@mailkrsk.ru](mailto:dou140@mailkrsk.ru), сайт:dou140krsk.ru

---

**Конспект  
непосредственно-образовательной деятельности.  
Старший дошкольный возраст.**

Воспитатель: Кузнецова С. Г.

г. Красноярск, 2024г.

**Тема:** «В здоровом теле – здоровый дух»

**Возрастная группа:** старший дошкольный возраст.

**Цель:**

Формирование у детей представлений о способах сохранения и укрепления собственного здоровья.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни;
- формировать понимание значения гигиенических процедур, правильного питания, закаливания, занятий физкультурой и спортом;
- обобщить представления о влиянии различных эмоций на состояние здоровья.

**Развивающие:**

- совершенствовать умение вести диалог, выслушивать друг друга;
- развивать детскую инициативу и самостоятельную творческую деятельность детей посредством рисования, аппликации и т.д.

**Воспитательные:**

- воспитывать самостоятельность, аккуратность, желание добиваться положительного результата в процессе работы;

**Образовательные области:**

познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие, физическое развитие.

*Среда взаимодействия "взрослый-ребенок":* внеситуативно-личностное общение, совместная творческая деятельность.

*Среда взаимодействия "ребенок-ребенок":* деятельность в группе.

*Среда отношения к миру, другим людям, к себе:* выражает свои эмоции и чувства, отвечает на вопросы, создает образ, делится впечатлениями, планирует.

**Виды детской деятельности и соответствующие им формы работы:**

Познавательно-исследовательская деятельность: решение проблемных ситуаций на тему здорового образа жизни.

Восприятие художественной литературы: чтение отрывка из стихотворения К. Чуковского «Барабек».

Изобразительная деятельность: изготовления индивидуального паспорта «Житель страны Здоровья» (рисование, аппликация и другая деятельность по выбору детей).

Двигательная деятельность: Игра – разминка «На зарядку!».

**Планируемый результат:**

- Сформированные представления детей о способах сохранения и укрепления собственного здоровья;
- «Паспорт» жителей страны Здоровья.

**Перечень оборудования и используемых материалов:**

Оборудование: столы и стулья по количеству детей; доска или фланелеграф, поднос, корзинки – 2 штуки.

Материалы: наборы предметных картинок, среди которых картинки по теме «Личная гигиена»: мыло, зубная щетка, душ, полотенце, зубная паста и т. д.; муляжи продуктов питания: помидор, огурец, морковь, лук, лимон, апельсин, молоко, йогурт, чипсы, кириешки, газированные напитки, жевательная резинка и

т. д; наборы сюжетных картинок из серии «Виды спорта»; цветные карандаши, фломастеры; клей-карандаш по количеству детей, ножницы, цветная бумага.

**Перечень используемой литературы:**

Голицына Н.С. «ОБЖ для старших дошкольников»

Лободина Н. В. «Комплексные занятия по программе от рождения до школы» под ред. Вераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. Старшая группа.

Кравченко В.М. Сказки как средство формирования здорового образа жизни у дошкольников.

Томилова С.Д. «Полная хрестоматия для дошкольников с методическими подсказками для педагогов и родителей».

**Ход непосредственно-образовательной деятельности:**

| Этапы                             | Содержание   |   |
|-----------------------------------|--|---|
|                                   | Совместная деятельность педагога и детей   | Самостоятельная деятельность детей  |
| Мотивационно – побудительный этап | <p>- Внимание! Внимание!<br/>Спешу вам сообщить,<br/>Где-то рядом, в нашей группе<br/>Есть отдельная страна.<br/>Страною «Здоровья» зовется она.<br/>Как же нам стать жителями страны Здоровья?<br/>(Ситуативный разговор)</p> <p>- Ребята, у каждого жителя любой страны есть главный документ. Как же он называется?<br/>(Беседа - рассуждение. Если нужного ответа не прозвучало, воспитатель дает свой ответ «паспорт»).</p> <p>- И у жителей страны Здоровья есть свои особенные паспорта. Такие «паспорта» я для вас приготовила.<br/>Как вы думаете, где они могут находиться у нас в группе?<br/>(Рассуждения детей. Если дети не догадаются, воспитатель дает подсказку: «В нашей группе есть специальный уголок, где собрано много разных игр, помогающих укреплять свое здоровье («Островок здоровья»)).</p> <p>- Когда мы их заполним, станем настоящими жителями страны Здоровья.</p> | <p>Дети сами находят свои «паспорта», рассматривают. Обращают внимание, что паспорта внутри пустые.</p> |
| Основной этап                     | <p>1. - А паспорта совсем пустые?<br/>(Дети обращают внимание, что на каждой странице что-то написано).</p> <p>- Что же написано на первой странице?<br/>(Дети читают сами или с помощью воспитателя).</p> <p>- «Здоровье – это чистое тело».</p>  |   |

- Ребята, это не просто слова, это первый закон страны Здоровья. Его нужно обязательно выполнять и вы всегда будете здоровы.

2. - А что нам может помочь поддерживать наше тело в чистоте? (Ситуативный разговор по теме).

Детям предлагается набор предметных картинок, среди которых есть предметы личной гигиены. (Приложение 1)

- Мы уже можем заполнить первую страничку паспорта Здоровья? Как вы можете это сделать? Какие предметы помогут нам всегда выполнять этот закон?

3. Перелистывают следующую страницу «паспорта» и читают второй закон страны «Здоровья»:

- «Здоровье – это правильное питание».

- Как вы понимаете этот закон?

(Рассуждения детей).

Дидактическая игра: «Полезное - вредное».

Дети разбиваются на две команды. Первая команда складывает в свою корзинку полезные продукты, вторая – в свою корзинку вредные.

4.- А если я много-много полезных продуктов сразу съем?

(Рассуждение детей).

- Ребята, послушайте, что произошло с героем из стихотворения К. Чуковского «Барабек»

(Приложение 2).

(Рассуждения о том, что еда должна быть не только здоровой, но и умеренной).

- У меня самый любимый полезный продукт – огурец.

А у вас?

- Я его зарисую в паспорт, чтобы не забыть о втором законе. А вы как оформите свою страничку?

(Творческая деятельность детей)

5. - Интересно, а что гласит нам третий закон страны Здоровья? (Перелистывается страница «паспорта»).

- Читаем вместе: «Здоровье – это движение».

- Как вы думаете, о чем говорит это закон?

(Беседа-рассуждение:

- Где полезнее заниматься физическими упражнениями, играть в подвижные игры?

- С чего начинается день здорового человека?)

Дети самостоятельно выбирают себе картинки и вклеивают в свой «паспорт».

Дети самостоятельно играют.

Дети по своему представлению заполняют вторую страницу паспорта.

|                          |   |   |
|--------------------------|---|---|
|                          | <p>- Предлагаю сделать физминутку (Приложение 3).</p> <p>1. - Посмотрите, как много на столе картинок! (Приложение 4 )<br/>         Дидактическая игра: «Правильно – неправильно!» по теме «Движение – это здоровье».<br/>         Доска условно разделена на две части. На одну часть доски дети прикрепляют картинки, на которых герои двигаются, играют и т.д. На другую часть – «неправильные» картинки.</p> <p>-А я наклею в свой паспорт вот этого лыжника, я очень люблю кататься на лыжах. Интересно, а как вы оформите свою страничку?</p> <p>2. - Какой у нас закон на четвертой страничке? «Здоровье – это доброе сердце». А что это значит, как вы думаете? (Ситуативный разговор по теме).<br/>         - Оказывается, когда мы злимся, нервничаем, то вредим своему здоровью.<br/>         Дидактическая игра: «Какое настроение у колобка?» (Детям предлагаются картинки колобка с различными эмоциями: улыбается, злится, нервничает и т.д.)<br/>         - Как вы считаете, на каких картинках колобок помогает своему здоровью, а на каких вредит? (Рассуждение детей).<br/>         Воспитатель предлагает детям заполнить четвертую страничку паспорта.</p> | <p>Дети самостоятельно играют.</p> <p>Дети выбирают способ заполнения третьей страницы паспорта. Например, приклеить картинку, нарисовать мячик и т.д.</p> <p>По своему выбору дети оформляют четвертую страничку: вырезают сердечко, приклеивают смайлик и т. д.</p> |
| <p>Рефлексивный этап</p> | <p>-Ребята, как вы думаете, готовы ли наши паспорта жителей страны Здоровья? (Дети рассматривают свои паспорта).</p> <p>- Мы можем теперь считаться жителями страны Здоровья? (Рассуждения детей).</p> <p>- Вы можете в нашу страну Здоровья пригласить мам, пап, своих друзей!</p> <p>- Поздравляю вас! Теперь вы самые настоящие жители страны Здоровья! Соблюдайте законы этой страны и будете всегда здоровы!</p> <p>- А в наших паспортах осталась еще одна пустая страница. Что это может означать? (Рассуждения детей).</p> <p>- Возможно, это значит, что есть в стране Здоровья и</p>  |   |

Примечание: В самостоятельной деятельности дети по желанию могут продолжить заполнять свои паспорта.

### Приложение № 1



## Приложение 2

Отрывок из стихотворения К. Чуковского «Барабек»

Робин Бобин Барабек  
Скушал сорок человек,  
И корову, и быка,  
И кривого мясника, и телегу, и дугу,  
И метлу, и кочергу,  
Скушал церковь, скушал дом,  
И кузницу с кузнецом,  
А потом и говорит:  
«У меня живот болит».

## Приложение 3

Игра – разминка «На зарядку!»

В небе солнышко взошло,  
Стало все вокруг светло,  
Вышли дети на зарядку,  
Упражнялись по порядку:

Раз! – подняли руки вместе,  
Два! – маршировать на месте,  
Три! – наклоны стали делать,  
А четыре! – стали бегать.

Шагом марш! Иди скорей вперед!

Все за мной, никто не устает!

Мы бежим по стадиону,  
Нам привычны марафоны,

Будем скоро чемпионы,  
Чемпионы будем скоро.

Примечание. Дети выполняют движения, как показывает ведущий (ребенок). В дальнейшем в этой разминке ведущими могут быть желающие дети.



# Приложение 4





