Конспект открытого занятия

по ОБЖ в старшей группе

«Быть здоровым – здорово»

**Подготовила воспитатель Борзунова Светлана Алексеевна**

 **МДОУ «Детский сад «Тополек»**

**села Малый Узень Питерского района Саратовской области**

**«Быть здоровым –здорово»**

Цель: **формировать** представления детей дошкольного возраста о **здоровье,** как одной из главных ценностей человеческой **жизни**; развивать умение выделять компоненты **здоровья** человека и устанавливать их взаимосвязь.
Задачи:
Образовательные:
Закрепить знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, питания. (употребление овощей, богатых витаминами)
Развивающие:
Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, творческое воображение, заботливое отношение к своему здоровью.
Воспитательные:
Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе и окружающим.

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ: познавательная деятельность с оздоровительной направленностью, двигательные упражнения, игра, исследовательская деятельность.

ОБОРУДОВАНИЕ: плакат с изображением человека, магнитные карточки ,карточки для игры "ПРАВИЛЬНЫЕ-НЕПРАВИЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ", атрибуты для проведения опытов, аудио запись, набор иллюстраций овощей, полезных  продуктов и маски-шапочки овощей,макет дерева, телефон

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА:
1.Беседы с детьми о здоровом образе жизни.
2.Чтение художественной литературы: "чтение русской народной сказки "Пых","Вершки и корешки", рассказа Н.Носова "Огурцы", чтение и заучивание наизусть стихотворений об овощах, витаминах.
3.Выполнение физ. упражнений в процессе физзанятий и утренней гимнастики.
4.Подготовка атрибутов к занятиям.
5.Совместная работа с другими воспитателями.

**Ход занятия:**

**Воспитатель.**Ребята, поздоровайтесь с гостями.

Упражнение «Здравствуйте

Воспитатель. Сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье. На какое слово похоже слово «здоровье»? Правильно, слово здоровье похоже на слово здравствуй. Когда мы здороваемся, мы желаем друг другу здоровья. Давайте и мы поздороваемся друг с другом

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, что такое **здоровье**? Ответы детей. **Здоровье** – это когда ты весел и все у тебя получается. **Здоровье** нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. Что нужно делать, чтобы быть **здоровым**? Нужно хотеть и уметь заботиться о **здоровье**. Если не следить за своим **здоровьем**, можно его потерять. Давайте мы с вами попробуем определить, что нужно человеку, чтобы быть здоровым. Побудем с вами учеными-исследователями.
Вывешивается плакат с изображением человека.
Как  настоящие исследователи, мы будем фиксировать, т.е. отмечать на карте наши выводы.
Одна из составляющих нашего здоровья- это сила,ловкость, быстрота. А что нужно сделать для того, чтобы  быть сильным?

ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.
Вот сейчас мы с вами  и проведем ритмическую зарядку. После ритмической зарядки на плакат вывешивается 1 картинка, на которой изображен спортсмен.

 ПОЯВЛЯЕТСЯ  КАРЛСОН. ( Перебинтована щека, держится за живот, в руках пачка чипсов, жвачка, бутылка Пепси-колы.
В. Что случилось, Карлсон?
К. Разболелся  я что-то. Зубы болят, живот.
В. Может съел что-нибудь не то?
К. Да нет, ничего такого. Только плитку шоколада, пачку чипсов и запил все Пепси-колой.
В.Что ты, Карлсон, разве можно так питаться? Ребята, давайте покажем ему ,что будет с  его желудком, если он продолжит так питаться.

ОПЫТ Кока-кола +молоко, кока- кола и ментос
К.А ЧТО ЗНАЧИТ-ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ?
В. РЕБЯТА СЕЙЧАС ОБЪЯСНЯТ.
Д. ИГРА "ПОЛЕЗНЫЙ-НЕПОЛЕЗНЫЙ".(РАСПРЕДЕЛИТЬ КАРТОЧКИ НА ДВЕ ГРУППЫ ).А теперь я предлагаю вам вырастить чудо-дерево, на котором будут расти только полезные продукты. Вот здесь картинки с изображением различных продуктов питания. Каждый из вас подойдет, возьмет одну карточку с изображением полезного продукта и повесит ее на дерево. А потом тихонько сядет на свое место.
Какие продукты не взяли на дерево? Почему?
А как можно одним словом назвать продукты, изображения которых вы повесили на дерево? Какие они?
Значит, чтобы быть здоровым нужно принимать… (витамины), кушать полезные продукты, в которых много витаминов
-Спасибо, ребята, я теперь буду есть только полезные продукты, и живот у меня не будет болеть. (Прощается и уходит)

вывешивается на плакат картинка с изображением полезных продуктов.
ЗВОНОК ПУГАЛА.
Алло ,ребята, это я, Пугало скорее, скорее, помогите мне помирить овощи, прекратите их спор.
В.поможем пугалу?
Дети: ДА

В. как называется место, где растут овощи и где работает пугало? (огород). Звучит какофония звуков.
В. что за шум? Это, наверное, спорят овощи .как нам их понять? А давайте сами станем овощами  и тогда сможем разобрать, о чем спорят овощи.
дети надевают шапочки с изображением овощей.
в. сколько разных овощей спорят, кто кого важней.

В. Ах, вот в чем дело!
Чтоб здоровым, сильным быть,
Надо овощи любить.
Все без исключения,
В этом нет сомнения!
В каждом польза есть и вкус,
И судить я не берусь,
Кто из вас вкуснее,
Кто из вас важнее!

В. ИГРА
"Что можно приготовить из овощей?" "Какой сок ?"
(Морковный, огуречный, томатный, свекольный, тыквенный)
В. В каждом овоще польза для здоровья человека, свой витамин.
Витамины, выходите, про себя нам расскажите!

Дети читают стихи
В. Посмотрите на наше Пугало.
Никогда не унывает
И улыбка на лице,
Потому что принимает
Витамины А,В,С.

Давайте и мы поможем Пугалу убрать урожай. Разомнем пальчики.

Щавеля нарвем немножко и вернемся по дорожке.
( Рвут, маршируют.)

ПУГАЛО благодарит ребят и дарит корзинку с овощами.
Ребята произносят слова:
1,2,3 , в группе мы уже смотри

После того, как "оказываемся" в группе, на плакат вывешиваем картинку с овощами и витаминами.
Посмотрите, наш человечек здоров. Давайте еще раз повторим, что нужно  для того, чтобы быть здоровым:
1.заниматься физкультурой,
2.правильно питаться,
3.есть много овощей, т.к.в  них находятся витамины.