**Образовательная деятельность**

**в старшей группе на тему: «Цветок здоровья»**

**Цель**: приобщать детей к здоровому образу жизни, формировать культуру здоровья, воспитывать осознанное отношение к ценности своего здоровья.

**Задачи:**

Научить детей выделять признаки вредных микроорганизмов.

Развивать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Расширять знания и навыки по гигиенической культуре.

Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, желание помочь друг другу

**Предварительная работа:** отгадывание загадок, чтение художественной литературы «Мойдодыр», беседа о полезных продуктах и витаминах, разработать опыт с яйцом.

**Оборудование:** два варенных яйца, корзинка с фруктами и овощами,

мультимедийное оборудование, магнитофон, музыкальное сопровождение,

цветные карандаши.

**Ход занятия.**

**Воспитатель:** Ребята, у меня в руках волшебный «Цветок Здоровья», давайте мы его рассмотрим, что с ним не так? Ребята, наш цветок стал вянуть, как вы думаете, почему?

**Ответы детей:** У нас грязные руки.

**Воспитатель:** Конечно, мы трогали цветок грязными руками, и что с ним

произошло?

**Ответы детей:** На него попали микробы.

**Воспитатель:** Ребята, а как же микробы попадают внутрь человека?

**Ответы детей:** Через продукты, которые мы берем в руки.

**Воспитатель:** Давайте проведем небольшой опыт с яйцом и проверим.

**Опыт волшебным яйцом** (дети передают варенное очищенное яйцо друг другу)

**Воспитатель:** Яйцо, стало каким?

Почему?

**Ответы детей:** Яйцо стало грязным.

**Воспитатель:** Как же справиться с микробами, которые любят грязь?

**Ответы детей:** (Нужно помыть руки с мылом).

**Воспитатель:** Конечно же справиться с микробами, которые любят грязь нам

помогут мыло и вода, сейчас мы с вами вспомним , как необходимо мыть руки.

**Самомассаж «Мыло»**

Каждый день я мыло мою Раздвинув пальцы, хлопают в ладоши.

Под горячею водою Неплотно сжимают в руках пальцы

И в ладонях поутру одной руки и трут о ладонь другой.

Сильно, Мыло тру.

Мойся, мыло, не ленись!

Не высказывай, не злись!

**Воспитатель:** Молодцы ребята.

**Воспитатель:** Чтобы соблюдать здоровый образ жизни, что еще нужно

Делать?

**Ответы детей:**  Употреблять витамины и здоровые продукты питания.

**Воспитатель:** В каких продуктах содержатся витамины?

**Ответы детей:** в фруктах и овощах.

**Воспитатель:** Перед вами в корзине лежат различные продукты питания (морковка,

яблоко, лимон, шоколад, лук, чеснок, йогурт, сырок глазированный, творог,

сухарики, попкорн, чипсы). Возьмите в руки только те продукты, которые вы

считаете полезными (Дети берут по одному продукту, аргументируя свой

выбор).

**Ответы детей:** В фруктах и овощах много витамин, в чипсах, попкорне нет

ничего полезного.

**Воспитатель:** Давайте положим все продукты в корзину. Какие хорошие

Помощники! Умеете выбирать самые полезные и нужные продукты!

**Воспитатель:** А что еще нужно делать, чтобы быть здоровым?

**Ответы детей:** Нужно делать по утрам зарядку.

**Физкультминутка с дыхательной гимнастикой:**

«Быстро, встаньте, улыбнитесь.

Дети выполняют движения по тексту стихотворения:

Быстро встаньте, улыбнитесь,

Выше, выше потянитесь.

Ну-ка, плечи распрямите,

Поднимите, опустите.

Влево, вправо

Повернулись

Рук с коленями коснулись

Сели-встали, сели встали

И на месте побежали.

**Воспитатель:** А теперь остановились, остановили дыхание.

Правую руку на грудь, левую на живот, глубокий вдох и медленный выдох,

глубокий вдох и резкий выдох. Мы размялись, отдохнули, давайте сейчас

проверим ваше воображение.

**Воспитатель:** Ребята, как вы думаете, как выглядят микробы?

**Ответы детей:** Наверно они похожи на жучков и червячков!

**Воспитатель:** Мы м вами сейчас посмотрим слайды и увидим, какие разные

Бывают микробы!

*Показ презентации.*

**Воспитатель:** Скажите, какие микробы вам запомнились, на что они

похожи?

**Ответы детей:** Одни похожи на шарики, другие на палочки с усиками и

ножками.

**Воспитатель:** Правильно, дети. А как вы считаете, микробы – это полезные

существа или нет?

**Ответы детей:** Нет, не полезные.

**Воспитатель:** Совершенно верно. Они вредные, почему они вредные?

**Ответы детей:** От них болеешь.

**Воспитатель:** Где они живут?

**Ответы детей:** В земле, в воде, в воздухе.

**Воспитатель:** Да, а еще они могут жить в еде и пыли! А чем же они

Питаются?

**Ответы детей:** Они едят все.

**Воспитатель:** Я предлагаю вам нарисовать микробов. Какие микробы вам запомнились

больше всего?

**Ответы детей:** С усиками и палочками.

**Воспитатель:** Ребята, что лежит на наших столах?

**Ответы детей:** Карандаши цветные, листы белой бумаги.

**Воспитатель:** Ребята, за каким столом вы будете рисовать?

Занимайте свои места. (Дети выполняют задание под музыкальное сопровождение)

**Итог:** Молодцы, какие замечательные рисунки у вас получились, вы

Теперь знаете, что такое микробы. Мы оформим выставку наших рисунков,

повесим их в умывальной комнате, для того, чтобы вы не забывали мыть

руки перед едой.