Федеральное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад 2045/3» Министерства обороны РФ

**Конспект НОД**

**по развитию познавательной деятельности**

**в подготовительной группе**

**Тема: «Путешествие в Страну здоровья».**

Разработчик:

Хоменкова Инна Николаевна,

воспитатель ФКДОУ

«Детский сад № 2045/3» МО РФ

м. Владимирский Лагерь

2019 г.

**НОД в подготовительной к школе группе по развитию познавательной деятельности**.

**Тема: «Путешествие в Страну здоровья».**

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

**Задачи:**

*1. Образовательные:*

- накопление и обогащение знаний детей о Олимпиаде;

- совершенствовать знания о различных видах спорта, желание заниматься спортом.

*2. Развивающие:*

- развивать связную речь, умение рассуждать;

-Расширять и закреплять словарный запас по теме;

- развивать познавательный интерес, память.

*3.Воспитательные:*

- воспитывать целеустремленность, организованность;

Предварительная работа: беседы о здоровье, загадки, чтение художественной литературы по теме.

**Материал и оборудование:** иллюстрации, «чудесный мешочек», мыло, расческа, полотенце, зубная паста, щетка, носовой платок.

**ХОД НОД**

1. **Вступительная часть.**

Воспитатель: Ребята, мы ежедневно слышим знакомые слова «физкультура» и «спорт». Как вы думаете, в чем отличие этих двух понятий?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: Физкультурой может заниматься каждый, а спортом нет. Физкультурой может заниматься и маленький ребенок и взрослый. Спортом занимаются самые сильные, крепкие и здоровые. Но каждый физкультурник может стать спортсменом. Что для этого надо делать?

Дети: Ответы детей (делать зарядку, закаляться).

Воспитатель: Какими будут дети, которые не любят делать зарядку, не любят физкультуру?

Дети: Ответы детей (слабые, часто болеют, плохо учатся, грустные).

Воспитатель: Мы не хотим стать такими ребята?

Воспитатель: А вы знаете, как называются самые главные соревнования у спортсменов всего мира?

Дети: Ответы детей.

1. **Основная часть.**

Воспитатель: Главные соревнования у спортсменов называются Олимпийские игры. Каждый спортсмен мечтает выступить и победить в них.

А что такое Олимпиада? (Ответы детей).

Это всемирные соревнования в различных видах спорта. Олимпийские игры возникли в древности. Их возникновение связано с именем Ифита, владыки края Олимп. В годы его правления постоянно шла война с соседями. И однажды, когда вот-вот должна была вспыхнуть очередная война со Спартой, Ифит предложил спартанцам сложить мечи и заключить мир, устроить в честь этого события состязания атлетов. Предложение было принято, и Олимпия навсегда стала местом мирных спортивных соревнований. Прошли тысячи лет, разрушились древние города, но Олимпийские игры возродились. Соревнования Олимпийских игр возродил Пьер де Кубертен. Пьер де Кубертен придумал девиз Олимпийского движения «Быстрее, выше, сильнее» и эмблему Олимпиады – пять переплетенных колец (Показ иллюстраций).

Что означают кольца Олимпиады? Это знак единства и дружбы спортсменов пяти континентов.

Современный мир должен быть благодарен древней Олимпии, где тысячи лет назад зародилась эта прекрасная традиция праздника спорта и мира. О такой благодарности свидетельствует обычай зажигать Олимпийский огонь именно в Олимпии возле сохранившихся колон храма Геры и оттуда доставлять его к месту проведения новой Олимпиады.

Для спортсменов олимпийская медаль – самая главная награда в жизни. За каждой из них, будь то золото, серебро, бронза – стоит тяжелый труд ежедневных тренировок, упорства, воли, трудолюбия.

Чтобы стать спортсменом и поехать на Олимпиаду нужно заниматься спортом, делать зарядку, закаляться, воспитывать силу воли.

**Физкультминутка.**

Мы на плечи руки ставим,

Начинаем их вращать,

Так осанку мы исправим,

Раз, два, три, четыре, пять.

Руки ставим перед грудью,

В стороны разводим,

Мы зарядку делать будем,

При любой погоде.

Руку правую подымем,

А другую вниз опустим,

Мы меняем их местами

Плавно делаем руками.

А теперь давайте вместе,

Пошагаем все на месте!

Воспитатель: Что такое спорт?

Спорт - это жизнь. Это легкость движенья.

Спорт вызывает у всех уваженье.

Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает.

Все, кто активен и кто не ленится,

Могут со спортом легко подружиться.

Воспитатель: Чтобы заниматься спортом, нужно быть здоровым. Мы все хотим быть здоровыми. Ребята в ваших силах не только сохранить здоровье, но и укрепить его. Об этом говорят пословицы:

*Я здоровье сберегу, сам себе я помогу.*

Воспитатель: Давайте поговорим о том, как мы можем укрепить свое здоровье? Что мы можем сделать?

-заниматься физкультурой;

-делать зарядку;

-закаляться;

-правильно питаться;

- соблюдать режим дня;

- следить за чистотой;

- употреблять витамины.

Воспитатель: Сейчас мы с вами сделаем **гимнастику для пальчиков**:

Утречко настало, солнышко встало

Эй, братец Федя, разбуди соседей!

Вставай, большой! Вставай, указка!

Вставай, середка! Вставай, сиротка!

И крошка Митрошка. Привет, ладошка!

Все проснулись, потянулись! Молодцы!

Воспитатель: Стали пальчики крепче, послушнее.

**Игра «Чудесный мешочек».**

Воспитатель: Ребята, я загадаю загадки, после отгадывания один из детей находит отгадку на ощупь в чудесном мешочке:

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (мыло)

Целых двадцать пять зубков

Для кудрей и хохолков.

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. (расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (зубная щетка)

Говорит дорожка-

Два вышитых конца:

Помойся ты немножко,

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня. (полотенце)

И сеяет , и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (зеркало)

Воспитатель: Еще одна **игра «Полезно - вредно».**

Я буду называть продукты, если они вредные вы будете топать, а если они полезные – хлопать.

-овощи, фрукты, чипсы, молоко, газированная вода, рыба, яйцо, конфеты, торт, компот, сок, хот-доги, пицца.

А какими полезными продуктами вас кормят в детском саду?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: А теперь послушайте стихотворение о закаливании.

Вот, кто хочет быть здоров,

Закаляйтесь вы со мной.

Утром бег и душ бодрящий,

Как для взрослых – настоящий.

Чаще окна открывать,

Свежим воздухом дышать.

Руки мыть водой холодной,

Тогда микроб голодный,

Вас вовек не одолеет.

Воспитатель: Закаляться нужно постепенно. Ведь крепким здоровье станет ни сразу, мгновенно. Чтобы быть здоровым, нужно проявить терпение, волю, стремление к поставленной цели.

-Я знаю еще один способ закаливания. Который можно делать каждый день. Это самомассаж, он включает в себя поглаживание, растирание, надавливание.

*Самомассаж.*

*Лобик мыли? Щеки мыли?*

*Ушки мыли? Ручки мыли?*

*Все помыли? Чистые теперь!*

*Открыть к здоровью дверь!*

Воспитатель: Сегодня мы отлично занимались. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это хорошо, ведь радостное настроение помогает нашему здоровью.

**3. Рефлексия:** Что вы запомнили с нашего занятия? Что больше всего понравилось? Занятие окончено, доброго всем здоровья.