**Конспект заняття:**

**Як здоров’я зберегти !**

**(Для дітей 6– го року життя)**

**Підготувала**

**Вихователь Бойко І.П.**

**Тема заняття**: «Як здоров’я зберегти !»

**Мета:**

**Навчальна.** закріпити уявлення дітей про те, що найбільше багатство людини – це її здоров’я, викликати бажання займатися спортом, формувати культурно-гігієнічні навички; розширити знання дітей про збалансоване харчування; : заохочувати до створення спільної композиції, закріплюючи навички розміщення зображення на аркуші паперу, послідовність наклеювання деталей

**Розвивальна.** розвивати мислення дітей, спостережливість;

**Виховна.** виховувати охайність, бажання бути здоровими, займатися спортом.

***Хід заняття***

**І. Організаційна частина**

***1. Психогімнастика***

*(Звучить тиха спокійна мелодія)*

* Сядьте зручно на свої місця. Заплющіть очі… М’язи спини розслаблені… Уявіть сонячний промінчик, який ніжно торкається вашого носика. Він вас лоскоче… Ви посміхаєтеся… Далі промінчик опускається до вашого серденька, зігріває його. Ви відчуваєте, як тепло рухається по вашому тілі… Ви стаєте бадьорими, активними, життєрадісними… Ви посміхаєтеся. Я рахую до 3 і ви прокидатеся повні сили та енергії і з хорошим настроєм приступаємо до праці. Один…Два…Три! Молодці!

**ІІ. Основна частина**

1. ***Розповідь***

**Вихователь.** -Дітки, для того, щоб ви були активними, веселими та життєрадісними у вас повинен бути хороший настрій, адже він – запорука міцного здоров’я. А оскільки тема нашого сьогоднішнього заняття – ***«***Як здоров’я зберегти !***»,*** то я бажаю вам хорошого настрою, активності та кмітливості.

1. ***Бесіда***

**Вихователь.** -Дуже часто ми чуємо слово «здоров’я», «бути здоровим», «здорова людина». Дуже часто вітаючи когось зі своїх друзів чи знайомих ми бажаємо їм здоров’я. В кожного з нас при згадці слова «здоров’я» виникає якесь певне уявлення, якась асоціація. В мене, наприклад, слово «здоров’я» асоціюється з чистою джерельною водою. А у вас?

***(Діти відповідають)***

**Вихователь.** -От бачите у кожного з вас різне сприйняття і розуміння слова «здоров’я». І всі вони правильні. Та об’єднує їх те, що всі асоціації є пов’язані з позитивними речами.

**Вихователь.** -Малята, давайте вирушимо в гості до Країни здоров’я на повітряній кулі. А ось і вона. (На екрані з'являється повітряна куля) (Діти сідають на стільчики, звучить запис вітру, діти уявляють, що летять на повітряній кулі. На екрані з'являється Мийдодір Мийдодір). Вихователь. - Ой, погляньте, кого ми зустріли! Та це ж Мийдодір. Давайте привітаємось із ним.

**Вихователь:** - Мийдодір мені сказав, що не знає,що таке режим дня? Давайте його навчимо.

**Вихователь.** - А що таке режим дня? Що потрібно робити, щоб дотримуватися режиму?

***Діти:*** - Вчасно прокидатися, зранку робити зарядку, правильно харчуватися, гуляти, вчасно лягати спати.

***3.Дидактична гра «Розклади по порядку»***

Завдання: Потрібно викласти по порядку картинки, на яких зображені режимні моменти, які виконують діти вранці, вдень, ввечері, вночі.

**Вихователь.**Молодці гарно впоралися з завданням полетіли далі. - Ой, погляньте, кого ми зустріли! Та це ж Незнайко. Давайте привітаємось із ним.

**Діти.** - Привіт Незнайку.

**Вихователь:** - Незнайко мені розповів, що не знає, як чинити, щоб менше хворіти? Давайте і його навчимо.

**4. Вправа «Незакінчені речення»**

**Вихователь.** - Діти, необхідно продовжити речення: «Коли я здоровий, у мене (Що?) ...» і «Коли здоровий, я хочу (Що?) ...»

**Діти.** - Коли я здоровий, у мене веселий настрій; ...міцний сон; ...гарний апетит; ...нічого не болить; ...усмішка на вустах. - Коли здоровий, я хочу гуляти; ...гратись; ...співати; ...ходити в дитячий садок; ...малювати; ...дивитися мультик. Вихователь. - Молодці, малята!

**Вихователь** - Летимо далі. (На екрані з'являється ліс, чути звуки лісу у запису) **Вихователь:** - Тепер ми летимо над лісом. Наша куля зачепилася за гілочку сосни, нам потрібна допомога. Хто ж нам допоможе? (На екрані з'являється білочка) - Давайте привітаємось із білочкою. Діти - Добрий день, білочко!

**Вихователь.** - Білочка теж не знає, як чинити, щоб менше хворіти. В білочки було день народження, друзі принесли різні смаколики, але все в коробці перемішалось. Вона не знає, що корисно, а що шкідливо для її здоров'я. Я вам пропоную допомогти білочці.

**5.Дидактична гра «Корисне - шкідливе»**

**Вихователь.** - Ось у мене два кошики: один - жовтий і в нього ми будемо складати корисні продукти, а в інший - червоний, будуть шкідливі продукти харчування.

**Вихователь -**Доки ми допомагали, вітер відчепив нашу кулю. Давайте рушаймо далі.

**Вихователь**.  - Погляньте, а ось і сонечко. Привітаймося із ним. Сонечко просить виконати цікаве завдання.

**6.Дидактична гра «Що для чого потрібно?»**

**Вихователь.** - Вам потрібно правильно обрати предмети особистої гігієни і назвати, для чого вони потрібні.

**Діти:** Нам потрібна зубна щітка і зубна паста для того, ... щоб чистити зуби. Нам потрібна шампунь для того, щоб мити волосся. Нам потрібна губка для того, щоб мити своє тіло. Нам потрібна носова хустинка для того, щоб витирати ніс. Нам потрібен рушничок для того, щоб витертися. Вихователь. - Молодці!

***ІІІ.Створення колажу здоров’я***.

**Вихователь.** - Ми виконали всі завдання, які траплялися нам на шляху

-А зараз ми попрацюємо в творчих групах, створимо колаж здоров’я і за малюнками складемо правила, яких потрібно дотримуватися, щоб бути здоровому.

*(Діти працюють, звучить весела мелодія, потім пояснюють )*

**Вихователь.** -Молодці! Отже, якщо ми хочемо бути здоровими, ми мусимо дотримуватися цих правил. І пам’ятаймо, що наше здоров’я залежить від нас самих. Якщо ми хочемо бути здоровими, то мусимо такими стати!

***Підсумок заняття***

**Вихователь.** -Дітки пам’ятаймо, що здобути і зберегти здоров’я може тільки сама людина. Я хочу побажати, щоб ці слова стали дороговказом вашого життя. І пам’ятайте, якщо хочете бути здоровими – станьте такими! 