

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад комбинированного вида № 184»

КОНСПЕКТ  
ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ  
«ПУТЕШЕСТВИЮ В СТРАНУ «ЗДОРОВЬЕ»

Выполнила:  
Седик  
Марина Евгеньевна,  
воспитатель

Краснодар, 2025

## **Конспект Занятия для детей старшей группы «Путешествию в страну «Здоровье»**

**Задачи:**

**Образовательные:**

учить детей заботиться о своем здоровье;  
совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены;  
объяснить детям, какую пользу приносит хорошее настроение;  
дать понятие о необходимости витаминов для человеческого организма.

**Развивающие:**

побуждать детей отвечать на вопросы;  
развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

**Воспитательные:**

воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

**Словарная работа:** мыло, полотенце, зубная паста, витамины, физкультура, утренняя зарядка.

**Предварительная работа:** соблюдение режимных моментов, беседа с детьми о витаминах, закрепление знаний об овощах и фруктах. Дидактические игры: «Витаминные домики», «Пирамида здоровья», «Угадай мое настроение».

**Цель:** развивать любознательность, внимание, активность, логическое мышление, эмоциональную отзывчивость, формировать основные культурно – гигиенические навыки.

**Методы и приемы:** познавательная деятельность с оздоровительной направленностью, двигательные упражнения, физкультминутки, загадки.

**Материалы к занятию:** Корзина, цветы из цветного картона, мяч, музыка, презентация.

### **Ход занятия:**

**Воспитатель:**

- Я рада видеть вас и желаю всем здоровья! Ребята, как вы думаете, что такое здоровье? А вы здоровые дети?  
(ответы детей)

Ребята, посмотрите на Никиту. Какое настроение у мальчика? (ответы детей)  
Как вы думаете, почему мальчик так выглядит? Ребята, посмотрите, что случилось с Никитой? А, как вы узнали, что мальчик заболел? (ответы детей)  
А какого человека можно называть здоровым? (ответы детей)

Молодцы, здоровье – это сила, красота, хорошее настроение, ничего не болит.  
А болезнь – это когда плохо себя чувствуешь, нет аппетита, хочется полежать, грустное настроение.

Ребята, как вы думаете, о чем мы сегодня с вами будем говорить? (ответы детей)

**Воспитатель:**

Правильно, ребята. Мы сегодня с вами будем говорить о нашем здоровье.

**Воспитатель:**

Ребята, я предлагаю вам отправиться сегодня в очень интересное путешествие на веселом автобусе. Вы готовы? Отправляемся... (под музыку)

1 остановка: «Цветочная поляна»

**Воспитатель:**

Ребята, что это на нашем пути? (Цветочная полянка) Посмотрите, что на ней растет? (Цветы). Это необычные цветы. Все разного цвета. Подойдите и возьмите цветочек такого цвета, который вам понравился. Я рада, что вы все выбрали яркие цветы, значит у вас хорошее настроение. Ребята, а когда мы дарим цветы, мы говорим приятные пожелания. Давайте наши цветочки подарим другу и скажем им свои пожелания (ответы детей: здоровья, добра, радости, счастья, хорошего настроения, улыбок, ярких впечатлений), чтобы у них тоже было хорошее настроение! (дарят).

Воспитатель:

Молодцы! Ваше настроение стало лучше? (да).

Здорово! Хорошее настроение, улыбки на лице от этого тоже зависит наше с вами здоровье, поэтому нужно как можно чаще улыбаться и дарить хорошее настроение.

Поехали дальше, двери закрываются, наш автобус отправляется (под музыку).

2 остановка: «Чистюли»

Воспитатель:

Ребята, а на этой остановке нас встречает....

А чтобы узнать, кто встречает, отгадайте загадку:

Он великий умывальник

Знаменитый командир

Умывальников начальник

Он зовется... Мойдодыр!

Правильно, ребята!

Мойдодыр подготовил для нас загадки:

1. Ускользает как живое.

Но не выпущу его я.

Белой пеной пениться,

Руки мыть не ленится! (Мыло)

Для чего нужно мыло? (Чтобы мыть руки).

Воспитатель:

Когда мы моем руки? (перед едой, после прогулки, когда испачкали, после того, как погладили животных, ведь на шерсти очень много микробов).

Ребята, а давайте покажем, как надо мыть руки и лицо.

Самомассаж «Умывалочка»

Надо, надо нам помыться (трем руки друг о друга)

Где тут чистая водица? (показываем ладошки)

Кран откроем ш-ш-ш, (имитация открывания крана)

Руки моем ш-ш-ш. (трем ладошки друг о друга)

Нос и щечки не забыли и водичкой все умыли (погладили нос и щечки, а затем все лицо)

Слушаем вторую загадку:

2. Мягкое, пушистое,

Беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой

Буду чистый и сухой (Полотенце).

Воспитатель:

Для чего нам нужно полотенце? (чтобы вытираться)

А если мы не будем вытираться, что случится с нашей кожей? (кожа будет шелушиться, трескаться, покраснение кистей рук)

И еще одна загадка:

3. В тюбике она живет,  
Змейкой из него ползет,  
Неразлучна с щеткой часто  
Мятная зубная... (паста)

Воспитатель: Ребята, а для чего нужна зубная паста? (чтобы чистить зубы)

Ребята, а зачем нам нужно чистить зубы? (чтобы сохранить зубы здоровыми, белыми)

Ребята, а сколько раз в день нужно чистить зубы? (2 раза - утром и вечером: утром мы чистим зубы, для того, чтобы убрать неприятный запах, снять налет, а вечером мы чистим зубы для того, чтобы убрать остатки пищи).

Молодцы!

Воспитатель:

Ребята, улыбнитесь друг другу, какие вы красивые, когда улыбаешься.

Воспитатель:

Поехали дальше, двери закрываются, наш автобус отправляется.

З остановка: «Лесная»

Воспитатель:

Куда мы попали? (в лес)

Воспитатель:

Ребята, а что такое лес? (это наше богатство; в лесу растет много трав, деревьев, цветов, ягод, грибов; это дом для зверей и птиц)

Ребята, а для чего нужен лес? (чтобы ходить за грибами, ягодами, на прогулку, слушать птиц...).

Чем он полезен? (чем больше деревьев, тем выделяется больше кислорода, поэтому лес является наиболее здоровым местом для отдыха людей; деревья очищают воздух, поглощают загрязняющие вещества)

Почему в лесу дышится легче? (потому что здесь чистый воздух)

Воспитатель:

Как вы думаете, чистый воздух полезен для здоровья? (ответы детей) Поэтому ребята, нужно беречь и охранять лес.

Ребята, а давайте мы с вами превратимся в деревья. Я буду говорить слова, и показывать движения, а вы повторяйте за мной!

Физкультминутка «Ветер»

Ветер дует нам в лицо,

Закачалось деревцо (дети имитируют дуновение ветра, качая туловище то в одну, то в другую сторону).

Ветер тише, тише, тише (приседают)

Деревцо всё выше, выше (выпрямляются).

Воспитатель:

Молодцы! А теперь обратно превращаемся в ребят. Поехали дальше, двери закрываются, наш поезд отправляется (под музыку).

4 остановка: «Витаминная»

Воспитатель:

Ребята, посмотрите, что изображено на доске? (ответы детей: овощи, фрукты).

Ребята, а овощи и фрукты, полезные или вредные для нашего здоровья? (ответы детей).

А чем они полезны? (ответы детей: витаминами)

Правильно ребята, молодцы!

Это еще один секрет для нашего здоровья.

Вот послушайте:

Никогда не унываю,

И улыбка на лице,

Потому что принимаю витамины А, В, С.

Ребята, а для чего нужны витамины? (ответы детей: витамины нужны для нашего роста, чтобы у нас были крепкие зубы, хорошо видели глазки, чтобы у нас были силы бегать, прыгать, играть, учиться).

Воспитатель:

Ребята, а скажите, где растут овощи? (На грядке в огороде)

- А где растут фрукты? (На деревьях в саду)

- Что нужно сделать с овощами и фруктами прежде, чем их использовать?

(Помыть)

Правильно ребята, молодцы!

Ребята, а вы хорошо знаете овощи и фрукты? (ответы детей)

Сейчас мы с вами поиграем в игру «Угадай по описанию».

Я буду вам бросать мяч и описывать овощи и фрукты, а вы должны будете поймать мяч и по описанию догадаться, о чем я говорю.

1). Круглое, румяное, ароматное, сладкое, гладкое. Что это? (Яблоко).

2). Свежий, вкусный и зеленый, можно есть еще соленый. Что это? (Огурец)

3). Желтое, сладкое, гладкое, похоже на лампочку. Что это? (Груша)

4). Круглый, красный, растет в огороде, из него делают томатный сок. Что это? (Помидор)

5). Длинное, желтое, мягкое, сладкое, перед тем, как есть, надо очистить. Что это? (Банан).

6). Сладкий этот корнеплод, хвостик длинный у него, весь оранжевого цвета, потому что он из лета. Что это? (Морковь)

Воспитатель: Правильно ребята, молодцы! Угадали все фрукты и овощи. Кто много кушает овощей и фруктов, тот никогда не болеет.

Воспитатель: Поехали дальше, двери закрываются, наш автобус отправляется (под музыку).

5 остановка: «Спортивная»

Воспитатель:

Ребята, посмотрите, что изображено на доске? (ответы детей)

Чем занимаются ребята? (ответы детей)

Чтобы быть здоровыми, что нужно делать? (ответы детей)

Воспитатель:

Правильно ребята, чтобы быть здоровыми, нужно заниматься физкультурой, делать утренние зарядки, это укрепляет здоровье человека.

Спорт ребятам - очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник! Спорт – здоровье!

Спорт – веселая игра!

Давайте с вами немного поиграем. Я буду говорить слова, и показывать движения, а вы повторяйте за мной!

Физкультминутка «Мы топаем ногами»

Мы топаем ногами

Мы хлопаем руками

Качаем головой, качаем головой.

Мы руки поднимаем

Мы руки опускаем

Мы руки уберем

И прыгаем кругом.

Воспитатель: Молодцы, ребята!

Наше путешествие подошло к концу и нам надо возвращаться в детский сад.

Двери закрываются, наш автобус отправляется (под музыку).

Воспитатель:

Вот и закончилось наше путешествие.

Вам понравилось? (Ответы детей)

О чем вы узнали в путешествии?

Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

А что бы вы хотели пожелать нашим гостям? (быть здоровыми, не болеть, красивыми, веселыми).

Я вам желаю не болеть, заниматься физкультурой, делать утреннюю зарядку, кушать побольше фруктов и овощей. Больше гулять на улице, дышать свежим воздухом.

И в завершении нашего с вами занятия я хочу вам вручить медали «Быть здоровым – это здорово!»