**КОНСПЕКТ НОД** **С ДЕТЬМИ  СТАРШЕЙ ГРУППЫ.**

Тема: КВН «Здоровый образ жизни».

Воспитатель Тарасова Т.В.

 **Задачи:**

1.Закрепить знания детей о здоровье и здоровом образе жизни;

2.Развивать у детей умение использовать знание о здоровом образе жизни для своего здоровья;

3.Воспитывать навыки сохранения и укрепления собственного здоровья, умение высказывать оценочные суждения о фактах и явлениях, ухудшающих  или улучшающих здоровье человека.

**Материалы и оборудование:**

Магнитная доска; атрибуты к игре  «Покажи предметы  с которыми можно и нельзя делиться»: зеркало, зубная паста, мыло, книга, ручки, салфетки, носовой платок, зубная щетка, расчёска, мочалка, полотенце; два мяча, картинки к игре «Вредные и полезные советы доктора.» музыкальное сопровождение.

**Виды детской деятельности:** коммуникативная, игровая, восприятие художественной литературы, двигательная.

**Ход НОД:**

**Воспитатель:**

Внимание! Внимание! Мы начинаем КВН. Все мы хотим быть здоровыми, сильными, красивыми. Сегодня мы с вами попробуем разобраться, что нам помогает такими стать. В нашей игре участвуют две команды. Давай те их поприветствуем. Команда «Сильные» и команда «Смелые».

**1.Конкурс «Домашнее задание»**

Вы все знаете выражение « Чистота залог здоровья». Для того чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них наши участники и отгадывают загадки.

 **Загадки команды «Сильным»**

 Ускользает, как живое,

Но не выпущу его.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. *(Мыло.)*

Волосистою головкой

В рот она влезает ловко

 И считает зубы нам

По утрам и вечерам. *(Зубная щетка.)*

Вот какой забавный случай:

Поселилась в ванной туча.

Дождик льется с потолка

 Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый,

На полу не видно луж.

Все ребята любят... *(душ).*

 **Загадки команды «Смелым»**

— А о ком я расскажу? —

Говорит дорожка. —

Два вышитых конца,

Помойся ты немножко,

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня. *(Полотенце.)*

Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез,

Не забудет и про нос. *(Носовой платок.)*

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. *(Расческа.)*

 2.**Конкурс «Разминка»**

 «А теперь я загадаю вам загадки, только отгадки вы вслух не произносите, а покажите их.

Вот гора, а у горы две глубокие норы.

В этих норах воздух бродит, то заходит, то выходит. *(Нос.)*

Всегда во рту, а не проглотишь. *(Язык.)*

У двух матерей по пяти сыновей. Одно имя всем. *(Руки, пальцы)*

 Вы все правильно показали. А теперь я буду называть части тела, а вы до них дотрагивайтесь ладонями. Посмотрим, какая команда все покажет правильно и быстро. Приготовились! Начали! Щеки… колени... локоть... подбородок... затылок... бока... темя... ухо... переносица… живот... пятки... подмышки... ключицы... пуп... шея...»

**3.Задание для капитанов**   называется  «Покажи предметы, с которыми можно  и нельзя делиться» На столе у нас лежат предметы личной гигиены

**Можно**

 Зеркало, зубная паста , мыло , книга, ручка , конфета, салфетка.

**Нельзя**

 Мочалка,    полотенце,  зубная щетка,  расчёска,  носовой платок .

**4 Конкурс «Режим дня»**

«Что такое режим дня? Это распорядок дня, то, что мы должны обязательно выполнять каждый день. Например, каждое утро мы умываемся, чистим зубы, завтракаем, придя с прогулки, мы обязательно моем руки, а перед сном — ноги. На этих карточках изображены различные режимные процессы. *(Дает командам комплекты карточек.)* Попробуйте разложить карточки по- порядку, одну за другой, так, как вы выполняете распорядок каждый день»



А сейчас весёлая зарядка. Мы немножко разомнёмся.

Эй, ребята, что вы спите?!

На зарядку становитесь!

Справа друг и слева друг,

Вместе мы весёлый круг!

Под весёлые напевы,

Повернёмся вправо, влево

Руки вверх! Руки вниз!

Вверх! И снова наклонись.

Шаг назад и два вперёд!

Вправо – влево, поворот!

Покружимся, повернётся!

Снова за руки возьмёмся

Три шага вперёд дружок!

Станет тесным наш кружок!

Покружились, потолкались

Повернулись.  Разбежались!

**5 Конкурс-эстафета «Полезно- вредно»**

 «Перед нами два плаката. На столе лежит всякая вся чина. Слушайте внимательно задание. *(Показывает картинки с продуктами.)* Ребята-«сильные» по очереди подбегают к столу и выбирают только те продукты, которые полезны дли нашего здоровья. А какие это продукты?»

Дети отвечают.

«Полезные продукты «Смелые» приклеивают на плакат.

Для «Сильные» - что для нашего организма вредно.

**6.. «Не пропусти спортивное слово»**Я буду читать слова, а вы внимательно слушайте и как только услышите слово принадлежащее спорту или физкультуре  вы должны подпрыгивать и поднимать руки вверх.

 Начинает команда  **«Сильные»**

телевизор, ручка, цветок*, лыжи,*  кукла, стол, полотенце, *футбольный мяч ,* кровать, ложка,  *футболист,* меч,  машина,  *фигурист,* часы, яблоко,  *велосипед,* ваза, одуванчик*,  шайба,* платье, сандалии , море , *коньки.*

**«Смелые»**

Шарф, тетрадь,*клюшка,*слон, врач, зеркало, *баскетбол,* окно, диван,

 *гантели,* аквариум, машина,  телефон, *хоккей,*  собака,  бантик, ёлка, *боксёр,* картина, шляпа, *обруч ,*дерево,  кровать*, санки*

**7.Музыкальный конкурс**

«Кто спортом занимается, с болезнями не знается. Пригла­шаю всех на ритмическую гимнастику».

Дети выполняют комплекс ритмической гимнастики по по­казу ведущего под фонограмму любой ритмичной музыки.

**8.Задание «Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья».**

ВЕДУЩИЙ: Укрепление нашего здоровья невозможно без закаливания. Давайте вспомним, что такое закаливание (мероприятия, повышающие устойчивость организма к болезням). Ребята, какие закаливающие процедуры вы знаете? (умывание, обтирание рукавичкой, обливание ног прохладной водой, хождение босиком, солнечные и воздушные ванны).

Участникам – закрепить знания о ЗОЖ.  (Ответы хором)

  Вас прошу я дать ответ: это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться, нужно, дети закаляться? (правда)

Никогда чтоб не хворать, нужно целый день проспать? (нет)

Если хочешь сильным быть , со спортом надобно дружить? (да)

Чтоб зимою не болеть, на улице надо петь? (нет)

И от гриппа, от ангины, нас спасают витамины? (да)

А теперь пора прощаться, всем желаю закаляться,

Не болеть и не хворать, физкультурниками стать!

НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ.

Детям вручаются призы — фрукты.

Раздать памятки для родителей:

Важно, чтобы по мере освоения ЗОЖ у каждого ребенка формировались чувства нежности и любви к самому себе, настроение особой радости от понимания своей уникальности, неповторимости, безграничности своих творческих возможностей, чувство доверия к миру и людям.

 *Помните:*

                если ребенка часто подбадривают - он учится уверенности в себе,

                если ребенок живет с чувством безопасности - он учится верить,

                если ребенку удается достигать желаемого - он учится надежде,

                если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным - он учится находить в этом мире любовь.