

**Конспект занятия**

***«Где прячется здоровье?»***

Цели: формировать представления детей о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела; уточнять знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия.

Учить избирательно относиться к рекламе. Развивать познавательный интерес и речь. Воспитывать желание заботиться о своём здоровье.

Предварительная работа: рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение литературы, загадывание загадок, просмотр телевизионных рекламных пауз.

Активизация словаря: физические упражнения, физкультура, воздух, дыхание, закаливание.

Методические приёмы: художественное слово, ситуационные задачи, беседа, исследовательские действия, упражнения на дыхание, игра «Рекламный мячик», использование наглядности, физкультминутка, обращение к жизненному опыту детей.

Оборудование: модель солнца, рекламный мячик, ёмкость с водой, бутылочки по количеству детей, аудиозапись для физкультурной минутки.

***Ход занятия:***

Коммуникативная игра "Я и ТЫ"

Я улыбаюсь, я живу, я всех вокруг всегда люблю, чем больше в мире доброты, тем больше счастлив, Я и ТЫ!

*Воспитатель:* Ребята, как вы думаете, можно ли поздороваться душой и сердцем? (ответы детей)

Воспитатель кладёт руку на сердце и говорит:

- Здравствуйте, ребята, мои друзья!

(Дети здороваются с логопедом и друг с другом.)

*Логопед.* Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: «Здравствуйте!», то есть «здоровья желаю».

(Дети рассаживаются на стульчики.)

*Логопед.* Сегодня я хочу рассказать вам старинную легенду. Давным – давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек? Один бог сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий сказал: «Человек должен быть умным». А четвёртый возразил: «Но если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать самое главное, что нужно человеку, - здоровье. Стали думать: куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие за высокие горы. А один из богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Но не каждый может найти и сберечь бесценный дар Богов!

Значит, здоровье оказывается спрятано и во мне, и в тебе, и в каждом из вас. Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Что значит быть здоровым? (Ответы детей). Как ты считаешь, ты здоров? Почему? (Ответы детей.) Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой частичке вашего организма. Первый лучик вашего здоровья – это физические упражнения или физкультура.

(На модели солнца открывается первый лучик с изображениями физических упражнений.)

*Логопед.* Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения?

*Дети.* Укрепляют мышцы, закаливают организм, дарят нам бодрое хорошее настроение, прогоняют сон.

*Логопед.* А вы выполняете физические упражнения? Где и когда? (Ответы детей.) Ребята, давайте покажем, как мы тренируем мышцы своего тела. Выбегайте, вставайте в круг.

(Дети выполняют упражнения под музыку. Затем рассаживаются по местам.)

*Логопед.* Кто зарядкой занимается, тот здоровья набирается. Как вы понимаете это выражение? (Ответы детей)

Какими у вас стали мышцы? (Крепкие, сильные). Значит, верно говорят: «Силушка по жилушкам огнём бежит». Ответьте мне, почему человек должен заниматься физкультурой?

*Дети.* Физкультура укрепляет здоровье человека.

Логопед. Чтоб больным не лежать, надо спорт уважать. Помните об этом дети. Чтобы узнать, как называется второй лучик нашего здоровья, я покажу вам фокус. Возьмите по бутылочке и загляните внутрь. Что там лежит? А у тебя что - то есть? Сейчас мы увидим, кто там прячется! Один, два, три, невидимка, из бутылочки беги! Опустите бутылочки в воду.

***Опыт***: дети опускают бутылочки в ёмкость с водой и нажимают на них.

*Логопед.* Что за невидимка сидел в бутылочке? (Воздух) Ребята , все мы знаем:

Без дыхания жизни нет.

Без дыхания меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я, и ты.

Давайте проверим, так ли это? Сейчас вы постараетесь глубоко вдохнуть и закрыть рот и нос ладошками.

***Опыт***: дети глубоко вдыхают и закрывают рот и нос ладошками.

*Логопед.* Что вы почувствовали? Почему не смогли долго быть без воздуха? (Ответы детей.) Правильно! Это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась – пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибаем. Давайте выполним с вами упражнение на дыхание.

***Упражнения на дыхание***

1. *«Погреемся».* Руки развести в стороны, затем быстрыми движениями скрестить их перед грудью, хлопнуть ладонями по плечам, произнести: «У –у-у!»
2. *«Сердитый ёжик».* Присесть ниже, обхватить голени, опустить голову, произнести: «Ф-ф-ф".
3. *«Заблудился в лесу».* Сделать вдох, на выдохе прокричать: «А –у-у!»

*Логопед.* Скажите, пожалуйста, зачем на зарядке мы выполняем дыхательные упражнения?

*Дети.* Чтобы наш организм обогатился кислородом.

*Логопед.* Правильно, ребята, воздух, богатый кислородом, - это чистый свежий воздух. Так как же называется второй лучик здоровья?

*Дети.* Воздух.

(На модели солнца открывается второй лучик с изображением воздуха.)

*Логопед.* Послушайте пословицу: «Хочешь – не хочешь, а есть надо». О чём эта пословица? Зачем человеку еда, как ты считаешь? (Ответ ребёнка) Вы согласны? (Ответы детей)

В магазинах продают много разных продуктов. Если бы мама попросила вас сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Давайте поиграем в игру и узнаем, можно ли вам доверить домашнее хозяйство.

***Игра «Рекламный мячик»***

Дети ведут разговор с логопедом.

*Логопед.* Жёлтая «фанта»- напиток для франта.

1-й ребёнок. Будешь «фанту» пить – смотри, растворишься изнутри.

*Логопед.* В мире лучшая награда – это плитка шоколада.

2-й ребёнок. В мире лучшая награда – это ветка винограда .

*Логопед.* Знайте дамы, господа: «сникерс» - лучшая еда.

3-й ребёнок. Будешь кушать «сникерс» сладкий, будут зубы не в порядке.

*Логопед.* Если много есть горчицы – полетишь быстрее птицы.

4-й ребёнок. Если много есть горчицы, будешь злей самой волчицы.

*Воспитатель.* Я собою очень горд, я купил сегодня торт.

5-й ребёнок. Фрукты , овощи полезней – защищают от болезней.

*Логопед.* В благодарность «пепси – коле» самым умным будешь в школе.

6-й ребёнок. Вкус обманчивый порой – молоко пей, дорогой.

*Логопед.* Даёт силы мне всегда очень жирная еда.

7-й ребёнок. Даёт силы нам всегда витаминная еда.

*Логопед.* Стать здоровым мне помог с красным кетчупом хот – дог.

8-й ребёнок. Будешь часто есть хот – доги – через год протянешь ноги.

*Логшопед.* Рыбий жир всего полезней, хоть противный надо пить.

9-й ребёнок. Он спасает от всех болезней, без болезней лучше жить.

*Логопед.* От простуды и ангины, помогают апельсины.

10-й ребёнок. Ну а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

*Логопед.* Молодцы! Обязательно скажу вашим мамам , что вы знаете и умеете выбирать полезные продукты. Ответьте мне ещё на один вопрос: какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов? (Ответы детей.) Вы совершенно правы. И пословица такая есть: «Чеснок да лук – от семи недуг». Скажите, как же называется третий лучик здоровья?

*Дети.* Полезная еда.

(На модели открывается третий лучик здоровья.)

*Логопед.* Хочу показать фотографии вам. Рассмотрите их внимательно и скажите, чем занимаются люди?

*Дети.* Закаляются .

Логопед. Смолоду закалишься – на весь век сгодишься. Есть много видов закаливания, помогите мне их вспомнить.

*Дети.* Обливание душем, обтирание рукавичкой, намоченной в воде и отжатой, умывание прохладной водой, полоскание горла, бег в прохладном помещении.

*Логопед.* Как вы думаете, для чего люди закаляются?(Ответы детей). Какие вы молодцы, всё знаете! Люди закаляются для того, чтобы научить свой организм сопротивляться вредным условиям, быть сильным, а значит, выносливым и здоровым. Теперь вы знаете название четвёртого лучика здоровья. Кто скажет, как он называется? (Закаливание)

(На модели солнца открывается четвёртый лучик.)

*Логопед.* Ребята, посмотрите на модель здоровья. У нас остался неоткрытым только один лучик. Хотите узнать, какое имя у последнего лучика? Я его открою, а вы постарайтесь сами догадаться, как он называется.

(На модели солнца открывается пятый лучик.)

*Дети.* Нужно быть чистым.

*Логопед.* Правильно, пятый лучик здоровья называется «чистота». Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье? Почему говорят: «Чистота – залог здоровья»? (Ответы детей) Давайте вспомним правила чистоты.

*Дети.*

1. Каждое утро умывайся, а вечером принимай ванну или душ перед сном.
2. Зубы чисти утром после завтрака и на ночь перед сном.
3. Следи за чистотой ногтей – подстригай их через каждые десять дней.
4. Не забывай следить за чистотой ушей – мой их каждый день.
5. Следи за чистотой носа, всегда имей при себе носовой платок.
6. Нижнее бельё меняй каждый день.
7. Обязательно мой руки перед едой и после каждого посещения туалета.
8. Помни, что расчёска, зубная щётка, полотенце и мочалка – предметы личной гигиены, они должны быть у каждого свои.

*Логопед.* Посмотрите, солнышко улыбается, радуется за вас, потому что мы нашли, куда боги спрятали наше здоровье. Я уверена, что вы сохраните его. Напомните мне, как же называются лучики здоровья? (Ответы детей)

Я желаю вам здоровья, чтобы мы всегда были здоровыми, счастливыми.

Рефлексия детей:

Логопед: Что узнали нового сегодня? Что было интересного и полезного? Вы будете заботиться о своём здоровье?