

*Шляпникова Людмила Михайловна*

*Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение*

*«Ординский детский сад №2» Пермский край с. Орда*

КОНСПЕКТ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ  
«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ БОЛЮЧКИ»

**Цель:** Обобщение опыта здоровьесберегающего поведения у детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

- 1.Закрепить знания детей о здоровом образе жизни.
- 2.Учить пользоваться этими знаниями.
- 3.Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Оборудование:** Костюмы для героев, карточки с изображением продуктов питания, обручи, музыкальный центр.

**Ведущая:**

Дорогие мои девчонки и мальчишки.

Вы любите путешествовать?

Не наяву и не во сне

Без страха и без робости,

Бродить мы будем по стране,

Которой нет на глобусе.

Нам предстоит отправиться в страну Болючку, и выяснить, кто там живет и что происходит с ее жителями.

Но дорога не проста:



Из-за каждого куста

Может недруг появиться.

Вам придется с ним сразиться.

Я предлагаю взять в это путешествие мою хорошую знакомую.

**Неболейка:** - Здравствуйте, давайте знакомиться! Я - Неболейка. И, прежде всего, я хочу пожелать вам здоровья. Разделимся на две команды.

По моему сигналу первая команда дружно скажет "Ах!", а другая "Ух!".

Давайте попробуем! А сейчас одновременно. Как звонко у вас получилось!

- Что ж, мы отправляемся в путь!

**Ведущая:** (*закрывает нос ладошкой и чихает - Апчи!*).

-Что со мной случилось, неужели заболела?

(*Звучит музыка. На сцене появляется Инфекция с корзинкой в руке. Дети садятся.*)

**Инфекция** (*На фоне музыки*):

В душе я добра, хороша, справедлива...

Не так, чтобы очень, но все же красива,

И в каждом я только хорошее вижу -

И даже козявку в душе не обижу.

Но если внутри я добра и прекрасна,

То сверху хитра и опасна.

Я в жизни любого из вас одолею,

Болезнь найшу, но в душе пожалею.

(*Музыка затихает*)

Здравствуйте, гости дорогие! Угощайтесь!

Яблочки, апельсинчики, помидорчики,

Морковка прямо с земли (протягивает корзину).

Не стесняйтесь!

**Неболейка** (*Тихо*):



- Осторожно, ребята! Это Инфекция!

**Ведущая:** - Ты, Инфекция, наших детей не обманешь! Они знают, почему нельзя есть такие овощи и фрукты. (Ответы детей).

**Инфекция:**

Ха! Да, есть такие микробы,

Да, есть такие вирусы,

Вирусы - хлорвирусы.

Попадет вам вирус в рот,

Попадет микроб вам в рот -

Заболит у вас живот! Ха!

**Неболейка:** - Думаю, что этого не случится. Ведь ребятам известно, где живут твои вирусы и микробы. (Ответы детей).

**Инфекция:** - Неужели вы меня победить сможете?

**Ведущая:** - Конечно! Друзья, давайте вспомним, чего боится Инфекция!

Слушайте загадки Неболейки.

**Неболейка:**

1. Гладко, душисто -

Вымоет чисто. (*Мыло*).

2. Я и туча, и туман

И ручей, и океан,

И летаю, и бегу,

И стеклянной быть могу. (*Вода*).

3. Костяная спинка,

Жесткая щетинка

С мягкой пастой дружит,

Нам усердно служит

Им утру потоки слез,

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



**Ведущая:** - Чтобы инфекция не могла нас поймать. Давайте вспомним пословицы о чистоте и здоровье.

**Инфекция** (*Начинает трястись и сгибаться*):

- Ой! Что со мной?

**Ведущая:** - Это инфекция поняла, что здесь ей делать нечего, она теряет силы! (*Инфекция уползает*).

**Неболейка:** - Ура! Детвора! А сейчас у нас игра.

Я буду задавать вам вопросы, а вы отвечайте: "Вот так".

(*Игра проводится три раза в убыстряющемся темпе*).

- Как живешь?

- Как утром встаешь?

- Как чистишь зубы?

- Как улыбаешься?

- А как за своими руками следишь?

- Как от инфекции бежишь?

(*Молодцы!*) (*Звучит музыка в стиле рэп, входит Обьедалка*).

**Обьедалка** (*На фоне музыки*):

Вероятно, любит всякий: и я, и ты

Кулебяки, козинаки и ты, и я!

Пряники, рогалики, пончики, сухарики,

Разные ириски, с кетчупом сосиски!

(*Хватается за живот*).

Ой-ой-ой! Как болит живот!

И ноги дрожат! (*Садится на пол*).

**Ведущая:** - Ребята, да это Обьедалку мы встретили. А вы поняли, что с ним случилось? (Ответы детей).

**Неболейка:**



-Есть нужно небольшими порциями. Несколько раз в день и в определенное время. При этом нужно помнить, что многие продукты в большом количестве, вредны для здоровья! Поэтому необходимо употреблять в пищу полезные и разнообразные продукты.

**Ведущая:** - Мои юные друзья, пожалуйста, помогите Обьедалке и скажите, какие полезные продукты вы знаете?

**Неболейка:** - А чтобы лучше запомнилось, какие продукты являются полезными, давайте ребята поиграют с Обьедалкой. Он будет называть самые разнообразные продукты. Если этот продукт полезен для здоровья, то громко хлопайте в ладоши, а если нужно ограничить употребление этого продукта, то топайте.

**Обьедалка:**

Яблоко. Гречка. Кола-Чипсы

Морковка. Творог. Капуста. Кефир.

Геркулес. Молоко. Лимонад.

**Ведущая:** - Замечательно! Кто питается полезными продуктами, растет здоровым и веселится. Но ведь есть продукты, употребление, которых надо ограничить. И мы сейчас об этом расскажем Обьедалке.

**Игра «Внимание»**

*(Дети встают в круг. Под музыку идут. По окончании музыки нужно взять карточку с изображением продукта, употребление которого нужно ограничить).*

**Обьедалка:** - Я всё понял. Спасибо, вам, друзья! Я, кажется, похудел даже. Ура здоровому питанию! *(Радостно убегает).*

**Голос из-за кулис:** Ой-ой! Сквозняк! Закройте двери и окна!  
Хо-лод-но!

**Неболейка:** - Вы представляете себе, друзья! Мы попали в город Куталок! Его жители - хорошие ребята, но любят кутаться, потому что



очень боятся простуды.

**Ведущая:**

Кофточка на байке, три футболки,

На подкладке курточка,

Шарф на шее, шаль большая,

Что за шарик катится?

Их так и называют - Куталки!

Полюбуйтесь сами.

*(Из-за кулис выглядывает Куталка).*

**Куталка:**

Заходите скорее, а то сквозняк!

Ой, да вы раздеты совсем!

Так замерзли, что идти совсем не можете...

Держитесь! Я вас спасу!

*(Выскакивает с одеялом, укутывает Неболейку).*

- Ну вот! Теперь говорите, зачем пришли?

*(Неболейка мычит что-то непонятное в одеяле, затем сбрасывает его).*

**Неболейка:** - Если человек не любит свежего воздуха,кутается, боится холодной воды, простуда все равно прорвется к нему вместе со своей компанией - кашлем, насморком и высокой температурой, схватят его и начнут мучить.

**Куталка (Испуганно):**- Что же делать?

**Ведущая:** - Ребята, давайте посоветуем Куталке, что нужно делать, чтобы не болеть.

**Дети:**

- Одеваться по погоде;

- Делать зарядку;

- Закаляться.



**Куталка:** - Да! Да! Я сейчас же начну делать зарядку и вообще стану Закалялкой! *(Сбрасывает верхнюю одежду)*

- Покажите мне свою зарядку.

**Неболейка:**

Мы - девчонки и мальчишки.

Шагаем вместе громко слишком.

Вверх немного потянулись,

Надуваем щечки, скачем на носочках

И, танцуя, делаем вот так.

*(Дети встают в две колонны и делают упражнения под музыку).*

**Ведущая:** - Замечательно! Мы прошли страну Болючку, благодаря Неболейке. И туда никогда не вернемся. Пусть же для вас всегда будут открыты двери в счастливую и радостную страну, под названием Здоровье!

