

«Путешествие в страну здоровья».

Конспект НОД для детей 4-5 лет.

Дети — это цветы жизни, и забота о их здоровье — это одна из важнейших задач педагогов и родителей. Помочь детям понять, что такое здоровый образ жизни, можно через увлекательное "Путешествие в страну здоровья".

Цели "Путешествия в страну здоровья"

1. Формирование понятия о здоровье

Важно, чтобы дети понимали, что такое здоровье, как о нем заботиться, и какие простые правила помогут им оставаться здоровыми.

2. Развитие интереса к здоровому образу жизни

Через игровую форму "путешествия" дети узнают о полезных продуктах, физических упражнениях, соблюдении гигиены, что способствует формированию интереса к здоровому образу жизни.

3. Воспитание ответственности за свое здоровье

Целью такого мероприятия является также внушение детям, что заботиться о здоровье нужно каждый день, и это важная часть их жизни.

Задачи "Путешествия в страну здоровья"

1. Ознакомление с правилами здорового питания

Дети узнают, какие продукты полезны для здоровья, как правильно готовить пищу и какие блюда лучше выбирать.

2. Изучение основ гигиены

В рамках мероприятия дети познакомятся с правилами личной гигиены: умывание, чистка зубов, уход за волосами и ногтями.

3. Проведение физкультурных занятий

Для формирования интереса к физической активности дети будут участвовать в различных играх, упражнениях и забавных конкурсах.

4. Создание поддерживающей атмосферы

Очень важно, чтобы "Путешествие в страну здоровья" было интересным и увлекательным для детей, чтобы они с удовольствием вовлекались во все мероприятия.

5. Подведение итогов и закрепление знаний

По окончании мероприятия необходимо подвести итоги, закрепить полученные знания и договориться о дальнейших шагах по укреплению своего здоровья.

Ход занятия.

Ребята я рада видеть вас такими красивыми, умными, а самое главное здоровыми! Посмотрите, ребята к нам сегодня пришли гости, поприветствуетесь с ними. Ребята, мы сейчас не просто поприветовались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: «Здравствуй! То есть – Здоровья желаю!»

Сегодня я хочу пригласить вас в путешествие в «Страну Здоровья»!

Ребята, а как вы думаете, на чем можно отправиться в путешествие?

Отправляемся на автобусе в путешествие.

Гостевая остановка у доктора Чистюлькина.

Знакомство с правилами личной гигиены.

- Встречаем доктора Чистюлькина - персонажа, который поможет нам научиться правильно ухаживать за собой.
- Обсуждаем, почему важно мыть руки перед едой, после похода в туалет и на улице.
- Играем в игры, где дети могут примерить на себя роль доктора и узнать.

Станция "Неболейкино".

Познакомить детей с основами здорового образа жизни.

- Разговариваем о том, что такое здоровье и как можно его сохранить.
- Устраиваем спортивные игры и самомассаж, чтобы показать, что физическая активность — это здорово и весело.
- Готовим фруктовые салаты вместе с детьми и обсуждаем пользу правильного питания.

Визит в гости к друзьям из "Зубастиково".

- Рассказываем о том, какие продукты полезны для здоровья зубов, а какие лучше избегать.
- Показываем детям, как правильно чистить зубы, чтобы они оставались крепкими и здоровыми.
- Играем в игры, где дети могут примерить на себя роль зубной феи и узнать, как важно заботиться о своих зубах.

По окончании мероприятия необходимо подвести итоги, закрепить полученные знания и договориться о дальнейших шагах по укреплению своего здоровья.







