**Занятие по формированию здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста**

**Тема «Страна волшебная-здоровье»**

**Цель:** Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о которой необходимо постоянно заботиться.

**Задачи:**
-сформировать у детей основы здорового образа жизни;
-развивать воображение и умение отображать свой замысел в рисунке.
-воспитывать желание заботиться о своем здоровье.
**Методические приемы:** беседа, игровой момент, вопросы к детям, использование наглядного материала, оздоровительная минутка.

**Материал**: картинки с изображением 2гномов или куклы: один гном веселый, здоровый, второй гном грустный, с перевязанной рукой, неаккуратной, на каждого ребенка альбомный лист и карандаши.

**Словарная работа**: уточнить и закрепить слова: здоровье, здоровяк, редко болеющий.

**Предварительная работа**: привитие детям гигиенических навыков, беседа с детьми о пользе зарядки, чтение художественной и познавательной литературы по теме, рассматривание иллюстрации, просмотр видеофильмов.

**Ход занятия:**

Воспитатель: Ребята! Сегодня я хотела с вами поговорить на очень важную тему-о здоровье. Как вы думаете, что такое здоровье?(суждения детей)

Да, дети, некоторые из вас понимают, что же такое здоровье. Но не все знают, что же надо делать для того, чтобы быть здоровым. Вот сегодня на занятии мне помогут два новых моих друга поведать вам о волшебной стране – здоровье. Они пришли к нам из чудесной страны сказок. Это гномы. Одного зовут Здоровяк, а другого-Растяпа(обращает внимание детей на персонажей). Посмотрите. Как вы думаете, кто из них Здоровяк, а кто Растяпа?» (ответы детей). А почему вы так решили? Кто поделится своим мнением?(суждения детей).
Да, я согласна вашим мнением. Крепких, сильных, редко болеющих детей называют здоровяками. Посмотрите, какой цвет лица у нашего Здоровяка?

У меня румяные щеки, крепкая стройная фигура, я думаю, что он занимается спортом, много гуляет на свежем воздухе, он соблюдает правила поведения на улице, не есть мытые фрукты и овощи, не забывает делать зарядку. И он, конечно, знает, что полезно, а что вредно для здоровья. Вы со мной согласны? Или кто-то думает по-другому? Поделитесь своим мнением, или добавьте, может, я что-то упустила и не сказала о Здоровяке. А как вы думаете, Растяпа ведет такой же образ жизни или нет? А почему? Правильно, по нему видно, что он растяпа. Давайте с вами поможем стать ему таким как Здоровяк. Итак, начнем помогать Растяпе, но прежде всего мы должны сами показать ему пример  Я правильно говорю? Предлагает провести оздоровительную минутку.

**Физкультминутка « Божья коровка»**
Вокруг себя покружились
И в божиих коровок превратились
Божьи коровки, покажите ваши головки,
Носики, ротики, крылышки-ручки, ножки, животики.
Божьи коровки поверните направо головки,
Божьи коровки поверните налево головки.
Ножками притопните,
Крылышками хлопните.
Друг другу повернулись,
И мило улыбнулись.

Воспитатель: Дети, какого человека мы называем здоровым?
Если человек болен, ему нездоровится, то как он выглядит?
Какие вы молодцы ребята!
Что должен сказать Растяпа, чтобы быть красивым, сильным, умным, здоровым? (ответы детей)
Итак, теперь гном и мы  знаем, что здоровье-это сила и ум. Что здоровье-это волшебная страна, это красота, это то, что нужно беречь всегда, это самое большое богатство каждого человека. Здоровье-это когда ты весел, когда у тебя все получается, когда у тебя нет температуры, и ты можешь ходить в садик, гулять на свежем воздухе, кататься с горки, когда у тебя ничего не болит. Здоровье нужно всем и детям, и взрослым, и даже животным. Вы со мной согласны? Я думаю, что мы с вами помогли Растяпе и не хотелось бы, чтобы у него оставалось такое некрасивое имя. Давайте с вами придумаем ему новое имя, но внешний вид ему поменять  тоже необходимо. Правда? Сейчас каждый из вас придумает нового гнома, собственного и нарисует его.

Это может быть гном-мальчик или гном-девочка. Придумайте его сами и нарисуйте, но уже опрятного, красивого, здорового.(самостоятельная деятельность детей)

Анализ занятий и рисунков.