**Открытое занятие***«****Здоровье – это здорово****!»*

 Форма проведения:

 познавательная игра *«Кристалл****здоровья****»*.

 Воспитатель: Иванова Н.В.

 группа №5

Необходимая подготовка:

1. маршрутные листы с указанием станций для каждой команды;

2. контуры *«кристалла****здоровья для каждой команды****»*;

3. подготовка содержания и оформления станций *(площадок)*.

Цели:

- показать [**детям**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html) возможности по укреплению своего [**здоровья**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html);

- пропаганда **здорового образа жизни**;

- реализация детской инициативы.

Ход игры:

1. команда получает на старте маршрутный лист с указанием маршрута, а так же контур *«кристалла»*;

2. на каждой станции команда выполняет предлагаемые задания, отвечает на вопросы и после этого заполняет грани *«кристалла»* смысловым содержанием (записывается название составляющих [**здорового**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html)**образа жизни**) и цветом характеризующим ту или иную станцию;

3. после прохождения всех станций команды собираются в условленном месте, где подводятся итоги игры и награждается самая внимательная и дружная команда.

Ход занятия.

Ведущий: Добрый день ребята. **Здоровье** – это главная ценность человека, его не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете полностью реализоваться в современном мире. Берегите свое [**здоровье**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html).

Сегодня ребята у нас праздник **здоровья** и я принесла для вас специальный *«Кристалл****здоровья****»*, мы его дружно заполним и никогда не будем болеть. Давайте поиграем в игру кричалку *«Полезно – вредно»*. Я задам вам вопросы, а вы отвечаете полезно – вредно:

- Читать лежа … *(вредно)*;

- Смотреть на яркий свет … *(вредно)*;

- промывать глаза по утрам … *(полезно)*;

- смотреть близко телевизор … *(вредно)*;

- употреблять фрукты, овощи … *(полезно)*;

- тереть глаза грязными руками … *(вредно)*;

- заниматься физкультурой … *(полезно)*.

Ведущий: Ребята чтобы заполнить наш кристалл [**здоровья**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html) мы должны вспомнить составляющие [**здорового**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html) образа жизни человека. Для этого вам нужно пройти маршруты по следующим станциям:

- *«Мой додыр»*;

- *«Аппетитная»*;

- *«Зарядись-ка»*;

- *«Положительные эмоции»*.

После того как вы **пройдете** весь маршрут встречаемся здесь же.

Станции.

*«Мой додыр»* *(гигиена)*.

Вопросы:

- сколько раз в день нужно чистить зубы? *(как минимум 2 утром и вечером после последнего приема пищи)*

- как часто необходимо мыть руки? (обязательно перед едой, по мере загрязнения, и после каждого посещения туалетной комнаты);

- считается, что мокрые волосы нельзя расчесывать. Вредно ли это? (Мокрые волосы наиболее подвержены повреждению, поэтому их даже не рекомендуется вытирать, а только промачивать).

Гладкое, душистое,

моет очень чисто.

Нужно чтоб у каждого было

Что это такое?

*(мыло)*

Ношу много лет

А счету им не зная,

Не сеют, не сажают –

Сами вырастают.

*(Волосы)*

*«Аппетитная»* *(правильное питание)*

Командам предлагается ответить на вопросы.

Перечислить [**продукты**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html) полезные для **здоровья**. Почему они полезны?

Перечислить продукты вредные для **здоровья**. Почему?

*(подобрать загадки о фруктах, овощах, витаминах)*

*«Зарядись – ка»* *(спортивная)*

Подвижная игра *«побегай-ка»* ребята играют и потом делятся своими ощущениями.

*«Положительные эмоции»*.

Участникам предлагается сыграть в *«Луноход – 1»*. Все участники становятся в круг, ведущий выходит в центр круга и изображает луноход, т. е. двигается гусиными шагами, вращает рукой –*«антенной»*, говорит слова: *«Я луноход-1, захожу на посадку»*. Его задача рассмешить остальных играющих. Тот кто засмеется, становиться луноходом – 2 и начинает двигаться за луноходом-1. так до тех пор пока все участники не превращаются в луноходов. (Изобразить всем месте: стаю мартовских котов, выставку домашних [**собак**](http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-otkrytogo-zanjatija-dlja-detei-mladshego-shkolnogo-vozrasta-zdorove-yeto-zdorovo.html) и т. п.)

Ведущий: Итак, **здоровье** = произведению суммы правильного

питания, гигиены, спорта на положительные эмоции минус вредные

привычки. Спасибо вам ребята, наш *«Кристалл****здоровья****»* наполнен,

сохраните его и никогда не болейте. А наша игра подошла к концу.