**Конспект заняття «Здоров’я – це благо, дане нам природою!»**

**Старша група №6**

**Вихователь Лєбєдєва О.П.**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Мета: формувати уявлення дітей про те, що людина – частинка природи. Вчити дітей дотримуватись законів природи, тому що це необхідно як для здоров'я людини, так і для здоров'я природи. Закріпити та поглибити знання дітей про повітря та воду, їхні властивості, про значення води, повітря, сонця, для всього живого. Дати поняття про органи дихання, значення чистоти оточуючого середовища для здоров’я людини. Розвивати логічне мислення, довільну пам'ять, увагу, уяву, позитивне емоційно – ціннісне ставлення до природного довкілля. Виховувати дбайливе ставлення до свого здоров’я, бажання оберігати рідну природу, примножувати її, не псувати навколишнє середовище шкідливими звичками.

**Хід заняття**

**Зустріч у колі.** Діти об’єднуються у коло, називаючи ім’я сусіда і промовляють «Наталко, я радий/а, що ти сьогодні у садочку».

Діти, скажіть, будь ласка, чи подобається вам складати пазли? Пазли у нас сьогодні не прості, їх приготувала нам сама матінка Природа. Що таке природа?

**Читання вірша Надії Красоткіної «Що таке довкілля?»**

*Все, що є довкола тебе:*

*Сонечко, хмаринка, небо,*

*І пісок, каміння, води,*

*Й люди – часточка природи,*

*Поле, гори і травичка,*

*Ліс, повітря і водичка,*

*Бджілка, пташечка і зорі,*

*Вільний вітер на просторі,*

*Квіточки і різне зілля –*

*Це, дитино, й є довкілля.*

**Розповідь вихователя «Людина – це природа»**

*Росла собі людина і поступово пізнавала дивовижний і чарівний світ. Брала від природи все: повітря — щоб дихати, водичку — щоб пити, а рослини — щоб їсти. Людина була дуже спостережлива і навчилася багато чого від рослин і тварин та й сама почала вдосконалювати свій світ. Вона навчилася добувати вогонь, приручила тварин, навчилася захищатися від хижих звірів і полювати, будувати житло, знаходити і готувати собі їжу, яка зробила б її сильнішою.*

Отже, людина є частинкою природи? Перший пазл із зображенням людини.

***Послухайте загадку і ми зможемо відкрити наступний пазл.***

*Гріє, гріє, припікає,*

*Всіх у воду заганяє.(Сонце)*

Виставляємо пазл із зображенням сонця.

Вихователь. Що нам дає сонечко? (Тепло і світло.) Кому сонце дарує своє тепло і світло? (Рослинам, тваринам, рибкам, лісам, полям, квітам.) Як ви, гадаєте, чи можливе життя на землі без сонця? Чому? Так, завдяки сонечку все росте і квітне.

Сонце, а точніше його ультрафіолетове проміння – антисептик. Воно вбиває мікроорганізми, які викликають різноманітні інфекції. Якщо ви довго будете знаходитись на сонечку, то на вашій шкірі з’явиться загар і вона стане трішки темнішою. Не можна забувати, що не можна бути на сонці без головного убору і дуже довго, бо можете отримати сонячний удар, знепритомніти. У жаркі години слід ховатися у затінок та гратися там, пити багато води.

**Дидактична гра «Кому потрібне сонечко».**

Діти підбирають предметні картинки до сонечка, кому воно потрібне.

**Діти, відгадайте ще одну загадку.**

*Чим ми дихаємо?*

*Що ми не бачимо? (Повітря)*

Де є повітря? (Повітря є скрізь, воно навколо нас, в середині нас, у воді, в землі.)

**Дослідницька діяльність**. За допомогою досліду ми доведемо, що повітря є у воді, в середині нас. Подивіться на склянку із водою, на її стінках бачите невеликі бульбашки, це і є повітря.

Візьміть трубочки, опустіть їх у воду і легенько подуйте. Що ви побачили? Чому у воді з'явились бульбашки? А де взялося в трубочках повітря? (Воно було в середині нас.)

Чи має повітря колір? (Повітря не має кольору, воно безбарвне, невидиме.) За допомогою яких частин тіла ми можемо відчути повітря? (За допомогою носа і рота, коли вдихаємо повітря.) Коли ми можемо відчувати повітря? (Коли дме вітер, видихаючи повітря на долоньку.) Яким може бути повітря? (Холодним і теплим, свіжим і забрудненим.)

Чи можливе життя на землі без повітря і чому? Спочатку проведемо такий дослід: вдихнемо багато повітря, закриємо носик руками і ротик закриємо. Чи довго ви втримались не дихаючи? (Ні хотілось швидше вдихнути.)

А звідки в повітрі з'являється кисень? Правильно, його нам дають дерева, кущі, квіти! Повітря, багате киснем, називається чисте повітря. Коли повітря чисте і свіже, то і дихається легко, з'являється бадьорість, гарний настрій. Які органи нашого організму допомагають нам дихати? (Легені).

Дихання – це складний процес, хоча ми настільки звикли до нього, що навіть не помічаємо, як це відбувається. Ми робимо близько 1000 вдихів на годину, 26000 за добу. Коли ми вдихаємо, повітря надходить у легені. Там вуглекислий газ, вироблений клітинами тіла, заміщується киснем. Кров розносить кисень по всьому організмові.

**Дослідницька діяльність «Як ми дихаємо?»**

Сьогодні ми з вами виготовимо модель легенів і продемонструємо процес дихання.

Кому для життя потрібне повітря? (Людям, тваринам, рибам, комахам, рослинам.) Чому повітря повинне бути чистим? (Тому, що ми ним дихаємо, а коли повітря забруднене ним важко дихати.) Що забруднює повітря? (Дим, вихлопні гази.)

Часто люди, не задумуючись, своїми діями забруднюють його. Викиди диму з труб фабрик і заводів, вихлопні гази автомобілів, спалювання опалого листя з дерев приводить до забруднення повітря. Забруднене повітря шкідливе для людей, живих організмів, із-за забрудненого повітря можуть виникати різні хвороби.

Що потрібно робити для того, щоб повітря було чистим? (Насаджувати більше дерев, кущів, різних рослин, адже вони очищують повітря.)

Давайте, ми з вами сьогодні будемо садівниками і створимо колаж «Чисте повітря»

**Колаж «Чисте повітря»**

Діти за допомогою шаблонів-рослин та камінчиків Марблс створюють колаж.

**Екологічна гра «Бережи повітря»**

Перед дітьми хмаринки із зображеннями. Окремо є фішки, що мають позначення: «бережемо повітря», «забруднюємо повітря». Завдання дітей — описати, що зображено на хмаринці, позначити кожну хмаринку відповідною фішкою та обґрунтувати свій вибір.

*Діти, запам’ятайте:* *берегти повітря – це значить берегти своє здоров'я.*

Для того, щоб відкрити наступний пазл відгадайте загадку.

*Я і хмара, і туман,*

*І струмок, і океан,*

*І літаю, і біжу,*

*І замерзнуть можу! (Вода)*

Виставляємо пазл із зображенням краплинки води.

Вода – це одна з найбільших цінностей планети Земля. Ми не можемо уявити своє життя без води. Вода є у всьому живому, і навіть в організмі людини.

Поміркуйте і скажіть, де знаходиться вода в природі? (В річках, озерах, морях, океанах, в хмаринці, в калюжі, в сніжинці, в льодинці.) Як ви думаєте, навіщо нам вода? (Пити, готувати їжу, митись, купатись, прати, поливати рослини.)

**Гра в колі «Вода яка?»**

Передаючи пляшечку води по колу (можна її розмалювати, намалювати посмішку), діти називають по одній властивості води, відповідаючи на питання «Вода яка?»

**Дослідницька діяльність**

Подивіться на склянку із водою де ми вкинули грудочку землі. Яка вода в склянці? Так, вона брудна. Чи можна таку воду вживати? (Ні.) Чому? (Тому, що вона містить багато мікробів і шкідлива для здоров’я.)

*Запам’ятайте: воду треба берегти, очищати джерельця і струмочки, не забруднювати береги і водойми.*

Як ви гадаєте, яким способом мікроорганізми можуть потрапити в організм людини? В організм людини мікроби потрапляють через ротову порожнину. У рот із брудом на руках і під нігтями; залишками їжі між зубами; немитими овочами і фруктами; крапельками слини хворої людини; через повітря, де багато пилу. Найчастіше інфекція потрапляє в організм повітряно-крапельним або контактним шляхом.

Що робити, щоб мікроби не потрапили в організм людини? Мити руки, чистити зуби вранці і ввечері, мити овочі і фрукти, користуватися індивідуальним посудом, не пити сиру воду, прибирати і провітрювати приміщення, загартовуватися, вести здоровий спосіб життя.

**Дослід «Як передаються мікроби?», «Прожени мікроб»**

Діти занурюють руку в борошно, а потім вітаються нею, доторкаються до носика, щічок. Миють руки з милом.

Ось і залишився у нас останній пазл.

Що ви бачите зображене на ньому? (Дерево, квіти, трава.)

Як ми назвемо їх одним словом? (Рослини – наші зелені друзі.)

Вони не тільки несуть красу, милують наше око, вони ще й очищують повітря. Також рослини годують людей, птахів, тварин. А крім того, дуже багато рослин мають лікарські властивості, вони допомагають нам бути здоровими.

А зараз, я пропоную вам стати **«Садівниками здоров'я».**

Давайте всі разом виростимо чудо-дерево, на якому будуть рости фрукти, овочі, трави, ягоди, квіти: рослини які мають лікарські властивості! (На столі лежать картки фруктів, овочів, трави, квіти. Діти вибирають потрібні і вішають їх на макет дерева)

З давніх – давен найціннішим скарбом людини вважалося здоров’я. Це відображено у народній творчості, прислів’ях, піснях тощо. Давайте пригадаємо, які прислів’я і приказки про важливість здоров’я ми знаємо:

*Здоров’я - найдорожчий скарб.*

*Нема здоров’я — нема щастя.*

*Хто здоровий, той ліків не потребує.*

*Було б здоров’я а все інше — наживемо.*

*Хто день починає з зарядки, у того все буде в порядку.*

*Наше здоров’я – у наших руках.*

**Підсумок.**

Світ навколо нас дуже привабливий та цікавий, і ми живемо в ньому, як у рідному домі. Ми теж частинка цієї природи. А щоб нам було затишно і добре, треба поводитись мудро, оберігати природу і примножувати її. І тоді ми будемо всі здорові.

**Використанні джерела**

1. Провозюк Г. Конспекти занять з навчання дітей дошкільного віку здорового способу життя. – Тернопіль: Мандрівець, 2005.

2. Білан О.І. Валеологія дошкільникам. – Львів, 1998

3.[https://naurok.com.ua/konspekt-zanyattya-dlya-ditey-starshogo doshkilnogo-viku-na-temu-yak-prirodu-zberezhemo-tak-zdorov-ya-vraz-znaydemo-79485.htm](https://naurok.com.ua/konspekt-zanyattya-dlya-ditey-starshogo%20doshkilnogo-viku-na-temu-yak-prirodu-zberezhemo-tak-zdorov-ya-vraz-znaydemo-79485.htm)

4. <https://naurok.com.ua/schob-zdorov-ya-mati-pro-zdorov-ya-treba-dbati-zanyattya-z-valeologi-dlya-ditey-starshogo-doshkilnogo-viku-163278.html>

5. <https://naurok.com.ua/konspekt-zanyattya-z-ozdorovlennya-de-hovaetsya-zdorov-ya-267126.html>

6. <https://dovidka.biz.ua/zagadki-pro-vodu-ukrayinskoyu>