**КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ**

**З НАРОДОЗНАВСТВА ТА ВАЛЕОЛОГІЇ**

**«КРАЇНА ЗДОРОВ’Я» старша група**

***Анотація до матеріалу***

Заняття спрямоване на закріплення у дітей старшого дошкільного віку знання про основні умови збереження здоров’я , про лікарські рослини і їх використовування в побуті. А також на розвиток бажання допомагати своєму здоров’ю. Конспект заняття буде корисним вихователям дошкільних закладів.

**Мета. Закріпити знання дітей про основні умови збереження здоров’я: дотримання правил особистої гігієни, охорону зору і слуху; про лікарські рослини і їх використання в побуті; знайомі прислів’я і приказки про здоров’я. Розвивати бажання допомагати своєму здоров’ю. Виховувати інтерес до народних традицій лікування.**

**Хід заняття.**

**Вихователь.** Діти, я бачила бабусю яка чогось плакала біля хатки. Давайте підемо до неї, може їй потрібна наша допомога.

*Діти ідуть до бабусі. Баба плаче біля хати.*

Бабусю, що ж сталося, чого ж ви так гірко плачете?

**Баба.**  Та був у мене синочок Івасик – Телесик. Забрала його зла Зміючка і сказала, що визволити його зможуть тільки сміливі люди, які не побояться ніяких перешкод. Я вже старенька, мені важко боротися з перешкодами.

**Вихователь.** Діти, бабусі потрібна наша допомога, то ж рушаймо в дорогу.

*Зустрічають камінь на дорозі.*

🡸 🡹 🡺

**Країна Здоров’я Країна Багатства Країна Зла**

Діти, яку ж дорогу ми оберемо? Ну звичайно країну Здоров’я.

Треба про здоров’я дбати

І хороших друзів мати

Тоді всі проблеми враз

Подолає кожен з нас.

**І перешкода. Прислів’я, приказки про здоров’я.**

* Без здоров’я нема щастя.
* Не вмивши обличчя, за стіл не сідають.
* Ласощів безліч, а здоров’я – одне.
* Хрін та капуста лихого не допустять.
* Хто день починає з зарядки, у того здоров’я в порядку.
* Здоров’я дорожче ніж багатство.
* Чим довше жуєш, тим довше живеш.
* Веселий сміх – здоров’я
* Багато ходити – довго жити.
* Чисте повітря - ворог хвороб.

**ІІ перешкода.**

* Коли треба мити руки?
* Як доглядати за зубами?
* Як доглядати за вухами?
* Чому дітям не можна довго дивитись телевізор? Як берегти зір?

**ІІІ перешкода. Д/Г «ШКІДЛИВЕ – КОРИСНЕ».**

*На столі лежать різні продукти: цукерки, чіпси, «мівіна», яблука, лимон, цибуля, часник, капуста, морква і т.п. Діти повинні вибрати тільки ті продукти, які корисні для здоров’я.*

**ІV перешкода. ЗАГАДКИ ПРО ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ.**

І жалюча, і кусюча, Біленька корзинка,

І пекуча ця трава А дно золотисте.

Теж корисна, а не злюча, В корзинці росинка

Її звати - … (Кропива) Та сонечко чисте. (Ромашка)

А ця ягідка чарівна У вінку зеленолистім,

Нам потрібна неодмінно, У червоному намисті,

В саду й в лісі виростає, Видивляється у воду

Від застуд оберігає, На свою чарівну вроду. (Калина)

Вона дуже вітамінна,

Називається … (Малина) Яка трава робить тіло чистим? (Чистотіл)

*Виходить Зміючка, виводить Івасика – Телесика. Хвалить дітей за те що вони дуже гарно справилися з усіма перешкодами. Діти повертаються до бабусі. Вона заводить дітей до себе у хату. Діти роздивляються. На полицях стоять банки з варення, висять мішечки з лікарськими травами, на столі овочі та фрукти.*

**Бабуся.** Дякую вам, діти, за допомогу. Посидьте трішечки у мене вдома.

В мене є пахуча м’ята

І ромашка є, і липа,

І малина соковита.

Буду діток частувати –

Теплим чаєм напувати.

А може хто хоче їсти?

**Хлопчик.** Ой, болить у мене зуб,

Бо не хоче їсти суп?

Хочу меду, хочу грушку,

Хочу теплу ще пампушку.

**Бабуся.** Хитрий ти, хлопчику. Зуби потрібно лікувати. Поки нема лікаря можна заспокоїти біль. Треба у склянку з водою добавити ложечку солі і пополоскати у роті. А вам, діти, я раджу більше їсти моркви.

Гризти моркву не лінуйся,

Як робить зайчик, помилуйся,

Для твоїх зубів корисні:

Овочі, фрукти, молочні продукти.

А ще потрібно дружити з лікарськими рослинами. Їх у мене дуже багато.

*Бабуся розв’язує мішечки з лікарськими рослинами (липа, бузина, м’ята, нагідки, насіння гарбуза, ягоди шипшини). Діти називають знайомі, розказують про них. Бабуся показує скільки варення вона наготувала. Діти розказують, яке лікарське варення є у них вдома.*

**Бабуся.**  Рослин цілющих ще багато,

Та час прощатися, малята,

Та й вам вже треба відпочити.

На згадку я вас пригощаю

Чудовим вітамінним чаєм.

*Діти допомагають накрити столи. Виставляють печиво, варення, лимони, калину, чай.*