**Здоровый образ жизни  
план-конспект занятия по лепке (старшая группа)**

Цель: обобщение знаний детей о **здоровом образе жизни**.

Задачи:

- Воспитывать желание быть **здоровыми**, сохранять и укреплять **здоровье**.

- Закрепить навыки выполнения гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и самомассажа.

-Развивать игровую деятельность.

Ребята, сегодня, я хочу предложить вам отправиться в **путешествие по радуге здоровья**. Кто из вас хочет быть **здоровым**? *(ответы)* А как вы понимаете, что значит быть **здоровым**?

  Верно, это когда не болеешь, хорошо растешь, когда хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и много можешь сделать. Ну, что, отправляемся?

Сейчас я хочу рассказать вам старую легенду.

«Давным–давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек, один из Богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть умным». Третий сказал: «Человек должен быть здоровым». Но один Бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека - здоровье. Стали думать - решать - куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - на высокие горы. А один из Богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека».

 Так и живет человек с давних времен, пытаясь найти свое здоровье, да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар Богов!

Вот такую я легенду вам рассказала.

А как вы думаете ребята, чтобы быть здоровым , что еще нужно делать? Кушать?

- кушать витамины

-какие?

- фрукты, овощи

Правильно, ребята.

Перед вами корзинка, давайте нарисуем вней фрукты. Но не просто красками или карандашами, а пластилином. А как это сделать, я вам сейчас покажу.

- дети выполняют работу.

Молодцы! ребята, вы справились с заданием, вы большие молодцы!

