

*Буренкова Ольга Евгеньевна,*  
*воспитатель,*  
*МБДОУ «Детский сад № 120»,*  
*г. Иваново.*

## **КОНСПЕКТ НОД «ГДЕ ПРЯЧЕТСЯ ЗДОРОВЬЕ?»**

**Цель НОД:** формирование представления детей о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела, уточнение знаний о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия.

### **Задачи приоритетной образовательной области:**

#### ***«Познавательное развитие»:***

- актуализировать, систематизировать и расширять представления о здоровом образе жизни;
- формировать у детей привычку здорового образа жизни, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;
- развивать интересы детей, любознательность и познавательную мотивацию;
- совершенствовать навыки познавательно-исследовательской деятельности;

### **Образовательные задачи и интеграции образовательных областей:**

#### ***«Социально-коммуникативное развитие»:***

- развивать общение и взаимодействие детей со взрослыми и между собой;
- способствовать становлению самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- совершенствовать коммуникативные навыки;
- способствовать повышению эмоционального настроения воспитанников;

#### ***«Речевое развитие»:***

- активизировать, развивать и расширять словарь ребенка (познакомить со значением слова «здравствуйте»);
- развивать связную речь, умение отвечать на вопросы;

#### ***«Физическое развитие»:***

- формировать потребность в двигательной активности;

- развивать двигательную активность;
- способствовать снижению утомляемости детей во время занятия через игровые упражнения на снятие мышечного тонуса.

**Тип занятия:** интегрированное.

**План занятия:**

1. Вводный этап (3 минуты);
2. Основной этап (20 минут);
3. Заключительный этап (2 минуты).

**Планируемые результаты НОД:** ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; различает условную и реальную ситуации; ребенок проявляет любознательность, интересуется причинно-следственными связями; склонен наблюдать; владеет устной речью, может использовать речь для построения речевого высказывания в ситуации общения; ребенок может следовать правилам в разных видах деятельности; у ребенка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, может контролировать свои движения и управлять ими.

**Предпосылки УД:**

**коммуникативные** – умение слушать и отвечать на вопросы; участвовать в совместной деятельности; **познавательные** – умение работать по заданному алгоритму; **регулятивные** – умение осуществлять действия по образцу и заданному правилу; умение слушать взрослого и выполнять его инструкции.

**Используемое оборудование для педагога:** модель солнца;

**Используемое оборудование для детей:** мяч, ёмкость с водой, бутылочки.

### Конспект занятия

Деятельность воспитателя	Деятельность воспитанников
<b>1 этап. Вводный (2 минуты)</b>	
<b>Цель этапа:</b> мотивация детей на деятельность.	<b>Цель этапа:</b> принятие мотивации на участие в деятельности.
- Ребята у нас сегодня гости. Давайте поздороваемся с ними. Знаете, вы не	Дети входят, встают в круг и здороваются.

<p>просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали «здравствуйте» - это означает – здоровья желаю.</p>	
<p>Мне очень приятно, что у вас хорошее настроение, так и хочется пожелать всем «Доброе утро».</p>	
<p><b>Разминка «Доброе утро»</b>                  Доброе утро                  Улыбнитесь скорее.                  И сегодня весь день                  Будет веселее.                  Мы погладим лобик,                  Носик, и щечки                  Мы будем красивыми,                  Как в саду цветочки.                  Разотрем ладошки                  Сильнее, сильнее!                  А теперь похлопаем                  Смелее, смелее!                  Ушки мы теперь потрем                  И здоровье сбережем.                  Улыбнемся снова,                  Будьте все здоровы.</p>	<p>Разводят руки в стороны и слегка кланяются друг другу.                  «пружинка» поднимают руки вверх                  Выполняют движения по тексту                   Наклоны головы к правому и левому плечу                  Выполняют движения по тексту                   Разводят руки в стороны, слегка кланяются друг другу</p>
	<p>Дети садятся на стульчики.</p>
<p><b>2 этап. Основной. (15 минут)</b></p>	
<p><b>Цель этапа:</b> закрепление и систематизация имеющихся у детей представлений о здоровом образе жизни, создание положительного настроения.</p>	<p><b>Цель этапа:</b> используя имеющиеся представления, выполнять задания, участвовать в беседе.</p>
<p>- Ребята скажите мне, что значит быть здоровым? Где находится наше здоровье? А ты здоров? Почему ты так считаешь?</p>	<p>Ответы детей.</p>

<p>- Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма. Первый лучик вашего организма – это физические упражнения или физкультура (на модели солнца открывается первый лучик)</p>	<p>Дети смотрят на солнышко.</p>
<p>- Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения.</p>	<p><i>Предполагаемые ответы детей:</i> укрепляют мышцы, закаляют организм, дарят нам бодрое, хорошее настроение, прогоняют сон</p>
<p>- А вы сами выполняете физические упражнения? Где и когда?</p>	<p>Ответы детей.</p>
<p>- Давайте и мы с вами сейчас выполним зарядку.</p>	<p>Ребенок рассказывает стих про физ. упражнения.</p>
<p>- Какие стали мышцы у вас?</p>	<p><i>Предполагаемые ответы детей:</i> крепкие, сильные.</p>
<p>- Почему человек должен заниматься физкультурой?</p>	<p><i>Предполагаемый ответ детей:</i> физкультура укрепляет здоровье.</p>
<p>- Чтобы узнать, как называется второй лучик нашего здоровья, я покажу вам фокус. Возьмите по бутылочке и загляните внутрь. Что там лежит?</p>	<p>Дети берут бутылочку и заглядывают.  <i>Предполагаемый ответ детей:</i> ничего.</p>
<p>- Сейчас мы увидим, кто там прячется. Один, два, три – невидимка из бутылочки беги. Опускайте бутылочки в воду.</p>	<p>Дети опускают бутылочки в воду и нажимают на них.</p>
<p>- Что за невидимка сидел в бутылочке?</p>	<p><i>Предполагаемый ответ:</i> воздух.</p>
<p>Все мы знаем: Без дыханья жизни нет, Без дыханья меркнет свет. Дышат птицы и цветы, Дышим он, и я и ты.</p>	<p>Дети внимательно слушают.</p>
<p>- Давайте проверим так ли это. Сейчас вы постараетесь глубоко вдохнуть и закрыть рот и нос ладошкой.</p>	<p>Дети глубоко вдыхают воздух и закрывают рот и нос ладошкой.</p>

Что вы почувствовали?	Ответы детей.
- Правильно! Это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась: пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибаем.	
- Давайте выполним упражнение на дыхание, которое называется «Листочки» Дует легкий ветерок – ш-ш-ш! И качает так листок – ш-ш-ш! Дует сильный ветерок – Ш-Ш-Ш! И качает так листок – Ш-Ш-Ш!	Дети выполняют упражнение.
Открывается следующий лучик.	
- Чем занимаются люди?	<i>Предполагаемый ответ:</i> закаляются.
- Есть много видов закаливания, помогите мне вспомнить их.	<i>Предполагаемые ответы детей:</i> обливание, умывание прохладной водой, полоскание горла, солнечные ванны, бег в прохладном помещении, прогулки каждый день
- Как вы думаете для чего закаляются люди?	Ответы детей.
- Молодцы! Теперь вы знаете, как называется третий лучик здоровья. Кто мне его назовет?	<i>Предполагаемый ответ:</i> закаливание.
- Послушайте пословицу: «Хочешь, не хочешь, а есть надо» Зачем человеку еда?	Ответы детей.
- В магазинах продают много разных продуктов. Если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Давайте поиграем и узнаем, можно ли вам доверить домашнее хозяйство.	Дети встают в круг.

<p><b>Игра «Рекламный мячик»</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Желтая фанга – напиток для франга.</li><li>- В мире лучшая награда – это плитка шоколада.</li><li>- Я собою очень горд: я купил сегодня торт.</li><li>- В благодарность Пепси-коле, самым умным будешь в школе.</li><li>- Дает силы мне всегда очень жирная еда.</li><li>- Стать здоровым мне помог, с красным кетчупом хот-дог.</li><li>- От простуды и ангины помогают апельсины.</li></ul>	<p>Будешь фанту пить смотри - растворишься изнутри.</p> <p>В мире лучшая награда – это ветка шоколада.</p> <p>Фрукты, овощи полезней: защищают от болезней.</p> <p>Вкус обманчивый порой, молоко пей дорогой.</p> <p>Дает силы нам всегда витаминная еда.</p> <p>Будешь часто есть хот-доги, через год протянешь ноги.</p> <p>Ну а лучше съешь лимон, хоть и очень вкусный он.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Знайте дамы, господа, сникерс лучшая еда.</li><li>-Рыбий жир всего полезней, хоть противный – надо пить.</li></ul>	<p>Будешь есть ты сникерс сладкий, будут зубы не в порядке.</p> <p>Он спасает от болезней, без болезней лучше жить.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Молодцы, обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезные продукты.</li></ul>	<p>Дети садятся на стульчики.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Скажите мне, какие овощи защищают нас от вредных микробов?</li></ul>	<p><i>Предполагаемые ответы детей:</i> чеснок, лук</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Как же называется четвертый лучик?</li></ul>	<p><i>Предполагаемый ответ:</i> полезная еда.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Ребята, посмотрите на наше солнышко. У нас остался закрытым только один лучик. Я его вам открою, а вы постараетесь сами догадаться, как он называется.</li></ul>	<p>Предполагаемый ответ: чистота.</p>

<p>- Давайте вспомним правила чистоты.</p>	<p><i>Предполагаемые ответы детей:</i> умываться каждое утро и вечером, чистота носа и ушей, мыть руки перед едой и после туалета, расческа и зубная щетка, а также полотенце должны быть у каждого свои, белье менять каждый день.</p>
<b>3 этап. Рефлексия (3 минуты)</b>	
<p><b>Цель этапа:</b> способствовать снятию эмоционального и умственного напряжения, подведение итогов образовательной деятельности, рефлексия.</p>	<p><b>Цель этапа:</b> получить положительную оценку своей деятельности.</p>
<p>- Посмотрите, солнышко улыбается, радуется за вас. Я уверена, что вы будете бережно относиться к своему здоровью. Напомните нашим гостям, как же называются лучики здоровья?</p>	<p>Ответы детей.</p>
<p>На прощание я хочу пожелать вам: «Будьте здоровы!». А вы, пожалуйста, пожелайте это нашим гостям.</p>	<p>Дети говорят «Будьте здоровы!»</p>