

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Ростовская область

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

г. Шахты Ростовской области

«Детский сад № 71

346506 Россия, г. Шахты Ростовской области, пер. Татаркина 16-а тел. (863 62) 3 20 61

mdoy.71@yandex.ru

Методическая разработка Конспект НОД в старшей группе по теме «Путешествие в страну Здоровье» в старшей группе.

Автор :Белкина Светлана Юрьевна,

Воспитатель 1 категории

Г. Шахты, 2022

Аннотация: в данной методической разработке рассматривается вопрос о формировании у детей представления о здоровом образе жизни, потребности быть здоровыми. В занятие включен игровой самомассаж – нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, закаливаться.

Пояснительная записка.

Актуальность.

Одной из задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования является формирование общей культуры личности, в том числе ценностей здорового образа жизни.

Одной из основных задач, стоящих перед педагогами, является воспитание здорового подрастающего поколения. В последние годы наблюдается ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В дошкольном возрасте ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью. Поэтому особенно важно в этот возрастной период развивать физическую культуру, создавать условия для овладения элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек), воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Цель методической разработки:

☑ формирование представления о здоровом образе жизни.

Ожидаемые результаты:

Ребёнок умеет:

☑ формулировать суждения, аргументировать высказывания, отстаивать свою точку зрения, включаться в общий разговор;

☒ внимательно слушать, проявлять доброжелательные отношения к высказываниям других;

☒ планировать собственную деятельность;

☒ договариваться о совместной деятельности;

☒ объяснять свое эмоциональное состояние.

У ребенка происходит:

☒ повышение уровня знаний о здоровом образе жизни;

☒ активизируется потребность заботиться о своём здоровье.

Формы организации деятельности: фронтальная форма, проблемная ситуация, ситуативный разговор, динамическая пауза, самомассаж, мастерская (создание схемы здоровья).

Цель: формирование представления о здоровом образе жизни.

.

Программные задачи.

Обучающие:

☒ способствовать формированию у ребенка потребности быть здоровым;

☒ способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровью сберегающего поведения;

☒ закрепить представления о значении физкультуры, закаливания в укреплении здоровья человека.

Развивающие:

☒ развивать речь, стимулировать речевое творчество детей;

☒ развивать мышление.

Воспитательные:

☒ воспитывать предпосылки к бережному отношению к своему здоровью.

Планируемый результат.

Ребёнок умеет:

☒ формулировать суждения, аргументировать высказывания,

отстаивать свою точку зрения, включаться в общий разговор;

☑ внимательно слушать, проявлять доброжелательные отношения к высказываниям других;

☑ планировать собственную деятельность;

☑ договариваться о совместной деятельности;

☑ объяснять свое эмоциональное состояние.

У ребенка происходит:

☑ повышение уровня знаний о здоровом образе жизни;

☑ активизируется потребность заботиться о своём здоровье.

Предметно-практическая среда: фрукты на тарелке, картинка с изображением микробов, кукла Сладкоежка(ребенок), на столах – картинки с изображением продуктов питания, поднос, 2 обруча (красный и зеленый), Муляжи предметов гигиены, магнитная доска, картинки с изображением семьи и ребенка, ватман, картинки с изображением здорового образа жизни, клей-карандаш (несколько штук).

Среда взаимодействия взрослый – ребёнок: ситуативно-личностная форма общения, сотрудничество совместно-индивидуальное, способ поддержки – поощрения.

Среда взаимодействия ребёнок – ребёнок: деятельность в группе.

Среда отношения к миру, другим людям, к себе: отвечают на вопросы, размышляют, выражают свои эмоции.

Ход.

Мотивационно-побудительный этап

Дети стоят в кругу на ковре.

Воспитатель:

Собрались все дети в круг,

Я твой друг и ты мой друг,

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

Воспитатель: У всех хорошее настроение? Поздороваемся друг с другом.

Дети здороваются.

Воспитатель:

Что такое «здравствуй»?

Лучшее из слов,

Потому что «здравствуй»

Значит – будь здоров

– Здравствуй! – ты скажешь человеку

– Здравствуй! – улыбнется он в ответ

– И наверно не пойдёт в аптеку.

И здоровым будет много лет.

Воспитатель: Ребята сегодня все здоровы?

Воспитатель: – Ребята! Я очень рада видеть вас всех здоровыми! А знаете, когда мы здороваемся, мы дарим друг другу частичку здоровья, потому что говорим: Здравствуй! Здоровья желаю! Недаром русская народная поговорка гласит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь».

Здоровье – самая главная ценность, данная человеку. А что значит быть здоровым?

Ответы детей.

Воспитатель: Быть здоровым очень важно. Его не купишь ни за какие деньги, поэтому говорят: «Здоровье дороже богатства». Как сохранить свое здоровье?

Ответы детей.

Воспитатель: Чтобы узнать точный ответ на вопрос, давайте, отправимся в страну «Здоровья». На чем поедем?

Дети предлагают выбрать вид транспорта. Под музыку едут на транспорте.

Основной этап.

Воспитатель: Вот и первая станция «Чистота», выходите.

1 станция «Чистота».

Воспитатель: Посмотрите, на столе лежат фрукты. Можем мы их сейчас съесть?

Ответы детей.

Воспитатель: Зачем мыть руки? Что будет, если не мыть руки?

Ответы детей.

Воспитатель: Посмотрите, как выглядят микробы (рассматривание иллюстраций).

Воспитатель: Если микроб проберется в организм, то наш организм сразу среагирует на него. Что с нами произойдет?

Ответы детей.

Воспитатель: Что же делать, чтобы микробы не попали в наш организм?

Ответы детей.

Воспитатель:

Чтоб микробов не бояться,

Нужно часто умываться.

Мыть ладошки только с мылом,

Чтобы всегда здоровье было.

Воспитатель: Ребята, какие средства гигиены необходимо иметь, чтобы быть чистыми?

Игра «Волшебная палочка».

Воспитатель: Какими средствами гигиены может пользоваться вся ваша семья? А какие нужны каждому члену семьи?

На столе лежат муляжи средств гигиены. Возьмите их и разместите их под изображением семьи и ребёнка. Под картинкой с изображением семьи, те средства гигиены, которыми может пользоваться вся семья, под картинкой с изображением ребёнка, те средства гигиены, которыми надо пользоваться индивидуально.

Дети выполняют задание. Работа с плакатом.

Воспитатель: Молодцы! «Чистота – залог здоровья!»

Воспитатель: Отправляемся на следующую станцию. Звучит музыка, дети едут. Приехали, выходите.

2 станция «Закаливание».

Воспитатель: Ребята, зачем закаливать организм?

Ответы детей.

Воспитатель: Как надо закаливать организм?

Ответы детей.

Воспитатель: Как вы закаливаете свой организм?

Ответы детей.

Воспитатель: Ребята, самый простой способ закалить свой организм – это делать самомассаж (делать массаж самому себе).

Самомассаж «Неболейка!».

Слова Действие.

Самомассаж «Неболейка» (массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний)

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело. (поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать. (указательными пальцами растирают крылья носа)

Лоб мы тоже разотрем, ладошку держим козырьком. (прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны - вместе)

Вилку пальчиками сделай, массируй ушки ты умело.

Знаем, знаем да-д-а-да, нам простуда не страшна.(Потираем ладони друг об друга)

Воспитатель: Все сразу стали здоровее. Отправляемся на следующую станцию.

3 станция «Физкультурная».

Воспитатель: Какую пользу приносят физические упражнения?

Ответы детей.

Воспитатель: Каждое утро мы делаем зарядку, получаем заряд бодрости на целый день. «Здоровье в порядке – спасибо зарядке».

Воспитатель: Давайте сделаем зарядку, чтобы быть здоровыми.

Динамическая пауза.

Зарядка.

Раз, два, три, четыре –

Топаем ногами.

Раз, два, три, четыре –

Хлопаем руками.

Руки вытянуть пошире -

Раз, два, три, четыре.

Наклониться – три, четыре,

И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку,

Все мы делаем зарядку.

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним пословицы про физические упражнения.

Дети называют.

«В здоровом теле – здоровый дух»

«Здоровье, физкультура и труд рядом идут».

«Солнце, воздух и вода, наши верные друзья!»

«Кто пешком ходит, тот долго живёт!»

Воспитатель: Отправляемся на следующую станцию. Звучит музыка, дети едут. Приехали, выходите.

4 станция «Правильное питание».

Детей встречает кукла Сладкоежка.

Сладкоежка: Приветствую вас на станции «Правильное питание». Меня зовут Сладкоежка, давно вас тут поджидаю. Хочу узнать у вас, правильно я питаюсь или нет.

Ем всегда я что хочу –

Чипсы, вафли, чупа-чупс...

Каши вашей мне не надо,

Лучше тортик с лимонадом,

Не хочу я кислых щей,

Не люблю я овощей.

Чтоб с обедом не возиться,

И колбаска мне сгодится

Всухомятку – ну и что ж!

Чем обед мой не хорош?

И последний мой каприз –

Дайте «Киндер» мне «Сюрприз»».

Воспитатель: Ребята, Сладкоежка правильно питается?

Ответы детей.

Воспитатель : Предлагаю помочь Сладкоежке разобраться, какие продукты полезные, а какие вредные для организма.

Воспитатель: Посмотрите, здесь картинки с изображением продуктов

питания, возьмите по картинке (картинке на подносе), внимательно рассмотрите продукт, который вы взяли. Если продукт полезный положите его в зеленый обруч, если вредный – в красный обруч.

Дети выполняют задание, доказывают Сладкоежке пользу продукта или его вред.

Сладкоежка: Убедили меня, теперь я буду есть только полезные продукты, спасибо.

Воспитатель: Отправляемся на следующую станцию. Звучит музыка, дети едут. Приехали, выходите.

Станция 5 «Настроение»

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, здоровье зависит от настроения?

Ответы детей.

Воспитатель: Поиграем в игру «Я радуюсь, когда...». Хотите, чтобы у всех людей, которые нас окружают, было радостное настроение? Что для этого надо делать?

Воспитатель: Есть пословица про настроение «Сердце веселится - и лицо цветет».

Воспитатель: Еще, ребята, важно соблюдать режим дня, всё делать вовремя. Что мы делаем утром (днем, вечером, ночью)?

Ответы детей.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, какое большое дерево, создадим на нем схему здоровья, чтобы все всегда помнили и не забывали, что надо делать, чтобы быть здоровыми и никогда не болеть.

Дети на ватмане создают схему здоровья (выбирают и наклеивают картинки, на которых изображены составляющие здорового образа жизни или рисуют их).

Рефлексивный этап.

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие. На какой станции понравилось больше всего? Возьми смайлики и с их помощью расскажите о своём настроении. Пора возвращаться в группу, поехали. А фрукты, которые мы сейчас помоем мы обязательно скушаем, когда обязательно помоем руки.