

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Кантауровский детский сад «Лучик»**

**Конспекты образовательной деятельности с
использованием здоровьесберегающих технологий**

**Подготовила: воспитатель
Румянцева О.Г.**

2017

Конспект НОД для средней группы

Путешествие в страну здоровья

Виды детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, двигательная.

Интеграция образовательных областей: познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Цель: формировать представление детей дошкольного возраста о здоровье, как об одной из главных ценностей человеческой жизни;

Задачи:

- развивать мыслительную активность, и познавательный интерес;
- совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены;
- объяснить детям, какую пользу приносят солнце, воздух и вода;
- побуждать детей отвечать на вопросы.

Планируемые результаты: умение рассуждать, высказывать свою точку зрения. Проявление положительных эмоций, активность детей, доброжелательность взаимодействия с педагогом и сверстниками.

Материалы: цветочная поляна (цветы с отрывными лепестками), декоративное дерево с зубными щетками, пастой, мылом, расческами; иллюстрации, ноутбук, телевизор.

Содержание организованной деятельности детей

Структура Методы и приемы.	Деятельность воспитателя	Деятельность детей
	<p>-Здравствуйте ребята! Сегодня такой хороший, день и у всех прекрасное настроение. Мы сейчас с вами пожелали друг другу здоровья. Я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми. А что значит, быть здоровым?</p> <p>Ребята, я вчера вечером встретила своего соседа, мальчика Колю. Ему было грустно. Я спросила его,</p>	<p>(ответы детей)</p> <p><i>Ответы детей.</i> Играть, гулять, ходить в гости.</p>

<p>Упражнение «Здравствуй»</p>	<p>улетела, и снова выглянуло солнышко. Вам стало от этого радостно? Покажите радость на своих лицах. Ребята, а теперь выберите, пожалуйста, на цветах лепестки того цвета, который отражает ваше настроение. -Я рада, что вы выбрали яркие лепестки, значит настроение у вас хорошее. Давайте встанем парами, возьмёмся за руки, подарим тепло своих рук и поиграем. Дети встают парами, говорят: Здравствуй, здравствуй милый друг Посмотри- ка ты вокруг Здравствуй, здравствуй, улыбнись И друг другу поклонись</p>	<p>(здороваются за руку), разводят руки в стороны), (здороваются и улыбаются), (делают поклон).</p>
<p>Дид.игра. «Волшебное дерево» (на нём зубные пасты, расчёски, мыло)</p> <p>Вопросы</p>	<p>Продолжаем наше путешествие и видим "волшебное дерево".</p> <p>2.- Ребята, что это за чудеса? Что на нём растёт? - Вы встречали такие деревья? -Это необычное дерево. -А для чего нужны эти предметы? Мыло? -Когда мы моем руки обязательно? Паста и зубная щётка? - Сколько раз в день чистим зубы? - -Для чего чистим зубы? (выставляются иллюстрации) Расчёска? Совет 1: Чтобы быть здоровым, надо соблюдать правила гигиены. У человека 32 весёлых зуба, уцепившись друг за друга, Вверх и вниз несутся в спешке: Хлеб грызут, грызут орешки. - Так зачем человеку нужны зубы? Улыбнитесь друг другу. Какие вы красивые, когда улыбаетесь! Ой, посмотрите, здесь под деревом что-то лежит. Что здесь изображено? Под деревом находится иллюстрация зубов</p>	<p>Ответы детей</p>

<p>Игра: «Полезная еда» Опыт с колой и молоком</p> <p>Физкультминутка</p>	<p>(весёлый и грустный) - Посмотрите, какой это зуб – весёлый или грустный? Почему он весел? - А почему этому зубу грустно? (у него дырочка, он болен, у него кариес) -Что ещё нужно делать, чтобы не болели зубы? (Правильно питаться – это значит употреблять в пищу полезные для организма продукты)</p> <p>Вот корзина с продуктами. Рядом две пустые корзины: на одной красный бант (запрещено) в неё нужно сложить вредные для зубов продукты; на другой зелёный бант (в неё полезные для здоровья продукты)</p> <p>Полезные продукты (молоко, фрукты, овощи, кефир) Вредные продукты (шоколад, чипсы, кириешки, лимонад)</p> <p>Опыт с колой и молоком. В стаканы наливаются лимонад и молоко. После чего по очередь в стаканы помещается конфета «Ментос». В стакане с лимонадом начинает проходить бурная реакция, из чего можно сделать вывод, что если подобное будет происходить в желудке, будет неприятно и больно.</p> <p>Вывод: если выпить молоко, в желудке все будет спокойно. Молоко не приносит вреда.</p> <p>-Отправляемся дальше. 3. «Вода» ручейк (музыка) -Я вам загадаю загадку: меня льют, меня пьют, всем нужна я, кто я такая? (вода) Мы вышли к ручью. К речке быстрой мы спустились, (Ходьба на месте.) Наклонились и умылись. (Наклоны вперед.)</p>	<p>Лимонад вреден. Лучше уж его не пить вместе с конфетами вприкуску! В стакане же с молоком после помещения конфеты ничего не происходит.</p> <p>Выполняют движения со словами.</p>
---	--	--

<p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Художественное слово</p>	<p>Раз, два, три, четыре, Вот как славно освежились. (Хлопки в ладоши.) А теперь поплыли дружно, Делать так руками нужно: (Круговые движения руками.) Вместе - раз, это — брасс. Одной, другой - это кроль. Все как один — Плывем, как дельфин. Вышли на берег крутой (Прыжки на месте.) И отправились домой. (Ходьба на месте.)</p> <p>-Для чего нужна вода? (пить, готовить пищу, умываться, чистить зубы)</p> <p>4. «Воздух»</p> <p>-Как хорошо на лесной полянке у ручья. Как легко дышать. Какой чистый воздух. Чистым воздухом очень полезно дышать. Сделайте глубокий 1) вдох (нос) – выдох (рот) - 2-3 раза 2) одна ноздря – вдох, рот – выдох, Другая ноздря – вдох, рот – выдох. Как вы думаете, нужен нам чистый воздух, чтобы быть здоровыми (да) - А ещё человеку необходимо солнечное тепло. Послушайте, какое я вспомнила стихотворение про солнышко: Встало утром солнышко и гулять отправилось. И на нашей улице всё ему понравилось. Побежало солнце золотой дорожкой И попало солнышко прямо к нам в окошко! Для чего человеку необходимо солнышко? (ответы детей) - Кто же наши друзья? (солнце, воздух, вода) «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! » Но чтобы быть здоровым, нужны</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Выполнение движений.</p>
---	--	---

не только солнце, воздух и вода.
Что еще нужно для того, чтобы вы были здоровы, не болели? Вы любите кушать овощи и фрукты? Какие вы знаете овощи и фрукты? Почему они полезны для здоровья? (в них много витаминов).
- В овощах и фруктах много волшебных веществ. Называются они витаминами. Витамины – это такие вещества, которые помогают детям расти крепкими и здоровыми. Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах питания, которыми питаются люди. И если ребёнок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растёт. Витамины, как и люди, живут большими и маленькими витаминными семейками, каждая из которых имеет своё название и обозначается только одной буквой: А; В; С.
Воспитатель. Витамин С содержится в яблоках, луке, смородине.
Витамин А — в моркови, сливочном масле.
Витамин В — в черном хлебе, овсянке.
Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты –
Вот полезная еда,
Витаминами полна.
Совет 2: правильное питание.
Воспитатель. Ребята, а вы любите заниматься спортом? Скажите, а зачем заниматься спортом? А как мы занимаемся спортом?
Ответы детей. Делаем зарядку, занимаемся физкультурой, играем подвижные и спортивные игры, играем в хоккей, катаемся на коньках на велосипеде.
Проводится разминка.
Мы на плечи руки ставим,

Ответы детей

<p>Физкультминутка</p>	<p>Начинаем их вращать. Так осанку мы исправим. Раз, два, три, четыре, пять!</p> <p>Руки ставим перед грудью В стороны разводим. Мы разминку делать будем при любой погоде.</p> <p>одну руку вверх поднимем, А другую вниз опустим. Мы меняем их местами. Плавно двигаем руками. А теперь давайте вместе Пошагаем все на месте.</p> <p>Совет 3: заниматься спортом, чаще бывать на свежем воздухе. - Мы кое-что забыли! Ведь нужно быть не только чистым и аккуратным снаружи, но и быть чистым внутри. Внутренняя чистота тоже важна. Как вы думаете, что значит внутренняя чистота. Надо быть вежливыми и добрыми. - Какие «вежливые» слова вы знаете? (здравствуйте, до свидания, спокойной ночи, доброе утро, добрый вечер)</p> <p>Совет 4: быть добрыми и вежливыми. -Наше путешествие подошло к концу и мы возвращаемся в детский сад. Закрываем глаза и произносим волшебные слова (раз- два покрутились, в нашей группе приземлились)</p> <p>-Ребята, вы сегодня многому научились. Давайте еще раз вспомним, что нужно для того, чтобы быть здоровым (презентация)</p> <p>Какое у вас настроение?</p>	<p>-соблюдать правила гигиены; -чаще бывать на свежем воздухе; -правильно питаться; -быть вежливыми и добрыми</p>
<p>Заключительная часть: Рефлексия.</p>	<p>Я хочу пожелать вам, чтобы вы были веселыми, здоровыми и красивыми.</p>	

