

Конспект организации непосредственно – образовательной деятельности по познавательному развитию в подготовительной группе с презентацией «Секреты здоровья»

Цель: формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, мерах профилактики и охране здоровья.

Задачи:

Образовательные: совершенствовать знания детей о соблюдении режима дня, гигиенических процедурах;
закрепить умение определять полезные и вредные продукты питания;
закрепить знания о видах спорта.

Развивающие: развивать умение самостоятельно следить за своим здоровьем;

развивать мелкую моторику;

развивать внимание, мышление, коммуникативные качества.

Воспитательные: воспитывать потребность в занятиях физкультурой и спортом, в соблюдении правил здоровья.

Демонстрационный материал: компьютер, видеопроектор, экран, музыкальный центр

Раздаточный материал: картинки с режимными моментами, листы бумаги А3 для аппликации, мячи массажные для гимнастики, картинки с видами спорта, 2 мольберта, план путешествия.

Методические приемы: игровая мотивация, беседа, загадки, стихи, показ слайдов, пальчиковая игра.

Ход непосредственно – образовательной деятельности.

Дети с воспитателем сидят на ковре, игра с мячиками. Произносят поговорку «Ешь чеснок и лук, не возьмет недуг». Заходят гости, дети здороваются.

Воспитатель. Ребята, вы поздоровались с гостями и таким образом пожелали им здоровья. А кто может ответить, что такое здоровье?

Дети. Это сила, выносливость, хорошее настроение, бодрость, когда не болеешь.

Воспитатель. Как вы думаете, почему хорошо быть здоровым?

Дети. Всё можешь, хорошо себя чувствуешь.

Воспитатель. Молодцы! Всё правильно сказали.

Воспитатель. Сегодня я хочу рассказать вам старинную легенду. «Давным - давно на горе Олимп жили боги (Слайд 2).

Стало им скучно, и решили они создать человека. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть **сильным**». (Слайд 3).

Другой сказал: «Человек должен быть **здоровым**». (Слайд).

Третий сказал, «Человек должен быть **умным**». (Слайд).

Но один бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили боги спрятать главное, что есть у человека - **здоровье**. Стали думать – решать, куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать **здоровье** глубоко в синее море, другие высоко в горы. А один из богов предложил.

Тут можно не говорить, что предложил один из Богов, а спросить детей, куда же спрятали здоровье? И предложить отправиться его искать...

Воспитатель. Ребята, я предлагаю вам отправиться на поиски здоровья. У меня есть план, по которому мы можем двигаться. Но чтобы найти, где прячется здоровье, нужно выполнить задания. Готовы?

Воспитатель. Возьмёмся за руки и скажем такие слова: «Мы ребята – просто класс, все получится у нас!».

Воспитатель. Наш путь обозначен на плане цифрами, а в группе – конвертами с заданиями. *(Дети находят на плане цифру 1, а в группе – конверт с цифрой 1).*

Воспитатель открывает конверт, показывает детям, там нарисованы часы.

Воспитатель. Дети, как вы думаете, зачем нам нужны часы? **(Слайд 4).**

Ответы детей. Да, вы правы, часы нам нужны для того, чтобы ориентироваться во времени, знать, когда надо проснуться, чтобы не опоздать в детский сад на утреннюю гимнастику, чтобы знать, когда наступит обед, время прогулки и сна.

Воспитатель. А что такое режим дня? *Ответы детей.* Дети, **режим** – это когда выполняются все дела в течение дня по времени, как в детском саду у нас. У вас есть время для принятия пищи, для занятий, прогулки, сна и ухода домой. Режим – это когда все твои дела распределены, четко по времени в течение дня.

Воспитатель. А теперь я хочу предложить вам поиграть в **игру «Разложи по порядку»**. Каждому из вас достается картинка с режимом дня, ваша задача разложить картинки в правильной последовательности. После чего проверим, как вы справились с заданием.

Воспитатель. *Ребята, как вы думаете, важно ли для здоровья человека соблюдать режим дня?*

Воспитатель. Предлагаю вам найти на плане цифру 2 и определить, в каком направлении надо нарисовать стрелку (слева направо из нижнего левого угла в нижний правый угол). *Дети находят в группе конверт с цифрой 2.*

Воспитатель. *В конверте картинка – кран с водой.*

Ребята, нужна ли для здоровья вода? *(Ответы детей)*. Прохладная чистая вода, которой мы умываемся, чистим зубы, моем руки, закаляет наш организм, вода прогоняет сон, очищает кожу, смывая с нее микробы. А что такое **микробы**? Что вы о них знаете? *(Ответы детей)*. Предлагаю вам посмотреть, какие бывают микробы. *(Показ презентации о микробах)*. **А перед этим сделаем гимнастику для глаз.**

Глазкам нужно отдохнуть,

(Ребята закрывают глаза)

Нужно глубоко вдохнуть.

(Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты)

Глаза по кругу побегут,

(Глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

Много - много раз моргнут,

(Частое моргание глазами)

Глазкам стало хорошо.

(Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

Увидят мои глазки все!

(Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка).

(Слайд 5 - 6). (Микроскоп). Учёные изобрели замечательный прибор.

Называется он микроскоп. В микроскопе есть удивительное стекло, при помощи которого можно увидеть то, что мы никогда не видим. Направишь такое стекло на грязные руки и, о, ужас. Что это? Самые незаметные существа, о которых вы даже не подозревали, собрались на грязных ладонях.

(Слайд 7-14). *(Показать иллюстрации, на которых изображены микробы).*

Пока идет показ слайдов, ребенок рассказывает заранее подготовленное стихотворение **«Микроб»**.

Микроб – ужасно вредное животное:

Коварное и, главное, щекотное.

Такое вот животное в живот

Залезет – и спокойно там живет.

Залезет, шалопай, и где захочется

Гуляет по больному и щекочется.

Он горд, что столько от него хлопот:

И насморк, и чихание, и пот.

Иногда микробы попадают не только на руки или лицо, но и в нос, горло, и тогда мы начинаем чихать и кашлять. На что похожи микробы? А как защитит себя от таких микробов?

(Слайд 15 - 16). (Пользоваться предметами личной гигиены).

(Ответы детей: находиться в проветренном помещении, прикрывать нос и рот носовым платком, соблюдать везде чистоту, порядок).

Какой вывод сделаем? Что необходимо делать, чтобы быть здоровыми?

Воспитатель. Предлагаю вам найти на плане цифру 3 и провести стрелку от цифры 2 к цифре 3, определяя направление движения. Дети открывают конверт с цифрой 3. *(Там картинка с овощами и фруктами).* Для чего человеку нужны овощи и фрукты?*(Ответы детей).* (Слайд 17).

Воспитатель. Правильно, в них содержится много витаминов. «Вита» — означает жизнь. Витамины очень важны для нашего организма. Чтобы не болеть, быть веселым, радостным нужно ежедневно употреблять в пищу продукты, богатые витаминами. Ребята, как вы думаете, какие продукты полезные, а какие вредны для здоровья *(ответы детей)*. Посмотрите, на столах лежат картинки (на картинках изображены фрукты, овощи, молочные продукты, хлебобулочные изделия, жвачки, конфеты и ещё многое другое). Я предлагаю вам сделать два плаката. Один плакат с полезными продуктами, а другой — с вредными для детского организма продуктами. Те ребята, у которых на руке серебряный браслет, будут делать плакат с какими продуктами? *(Полезными)*. И делать вы его будете на бумаге с зеленым кружком. Почему, догадались? А те ребята, у кого на руке голубой браслет – плакат с вредными продуктами. Делать его будете на бумаге с красным кружком. Но для начала давайте разбудим наши пальчики. **(Гимнастика с мячиками).**

Этот шарик непростой,
Весь колючий вот такой.
Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.
Вверх и вниз его катаем
Свои ручки разминаем.
Можно шар катать по кругу,
Перекладывая друг другу.
1, 2, 3, 4, 5 – нам пора и отдыхать.

(На столах листы бумаги А3, клеящие карандаши, салфетки).

Воспитатель. Молодцы ребята! Очень красивые плакаты у вас получились, а теперь каждая команда расскажет про свой плакат. (*Высказывание детей*).

Вывод: *полезное питание укрепляет здоровье человека.*

Воспитатель. (Слайд 18). Ребята, ищем на плане цифру 4, определяем направление движения, проводим к ней стрелку от цифры 3 и находим конверт с цифрой 4. «**Занимайся физкультурой!**» (*Конверт с фото, где дети делают упражнения*). На столах дети находят картинки с разными видами спорта. Нужно отобрать картинки с зимними и летними видами спорта. (*Дети делятся снова на 2 команды*). Одна команда выбирает зимние виды спорта, а другая – летние и объясняют свой выбор. Команда с серебряными кружками находит летние виды спорта, а другая команда – зимние.

Динамическая пауза. (Выполняется в кругу).

В теннис дружно мы играем,

Мяч ракеткой отбиваем. (*Махи, имитирующие удары ракеткой.*)

А теперь мы вместе

Кросс бежим на месте. (*Бег на месте.*)

Скачем на конях, плывем,

Прямо к цели мы идем.

Переходим все на шаг. (*Ходьба на месте.*)

Вот так, вот так.

На места нам сесть пора. Всё, закончилась игра. (*Дети садятся.*)

Дидактическая игра «Что кому принадлежит?»

Лыжи нужны... (лыжнику). Лыжные гонки.

Коньки нужны... (фигуристу, хоккеисту). Фигурное катание, хоккей.

Мяч нужен... (футболисту, волейболисту, баскетболисту). Футбол, баскетбол, волейбол.

Клюшка и шайба нужны... (хоккеисту). Хоккей.

Ракетка нужна... (теннисисту). Теннис.

Вывод: занятие спортом нужно для здоровья.

Воспитатель. Находим на карте цифру 5, проводим к ней стрелку от цифры 4, находим конверт с цифрой 5 и следующее задание. «**Закаляйся!**»

Воспитатель. Ты зарядкой занимайся,

Если хочешь быть здоров.

И водою обливайся –

Позабудешь докторов. (Слайд 19).

Ребята, что нужно делать, чтобы стать закалёнными?

Дети. Можно гулять на свежем воздухе, обливаться водой, ходить босиком.

Воспитатель. Молодцы! Купаться в море, речке, бассейне, заниматься физкультурой на свежем воздухе, ходить босиком. Но не всегда есть возможность побегать по траве босиком или искупаться в речке. Но есть такой замечательный способ закаливания, которым можно пользоваться каждый день, – утром или вечером, после душа, обтираться холодным полотенцем. А еще, чтобы не болеть, нужно делать прививки - **профилактическая прививка – залог здоровья!**

Ребята, вам нужно знать, что прививка – это защита против инфекционных заболеваний. Вакцины защищают малышей от многих болезней, которые или тяжело протекают, или могут вызвать серьезные осложнения.

Вывод: закаливающие процедуры и профилактические прививки нужны для поддержки здоровья. (Слайд 20).

Вот и подошел к концу наш разговор. А теперь скажите, ребята, догадались вы, где спрятано здоровье? *(ответы детей)*. У нас получилось разгадать загадку Богов Олимпа. Здоровье спрятано в самом человеке, в каждом из нас. Только надо уметь его беречь. Дети берутся за руки и произносят: «Мы ребята просто класс, получилось все у нас!» О том, что понравилось на занятии, можно нарисовать, рисунки подарить малышам и рассказать им о том, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

А вам, ребята, для укрепления организма витамины. *(Воспитатель вручает детям корзину с разными овощами и фруктами)*.