Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Города Костромы «Детский сад №26»

КОНСПЕКТ

непосредственно образовательной деятельности по социально-коммуникативному развитию, ознакомление с социальным миром

подготовительная к школе группа

тема «Секреты здоровья»

Разработал воспитатель

1 квалификационной категории

Шапочкина Елена Николаевна

Кострома 2015

**Конспект непосредственно – образовательной деятельности**

**Тема:** «Секреты здоровья».

**Форма проведения:** непосредственная образовательная деятельность (фронтальная), музыкальный зал

**Место проведения:** МБДОУ детский сад №26, музыкальный зал

**Цель:** формирование осмысленного отношения детей к своему здоровью и здоровому образу жизни

**Программные задачи:**

Образовательные:

* Продолжать формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни,
* Расширять представления детей о правильном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, об активном воздухе, о правилах и видах закаливания и их пользе, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.
* Продолжать расширять кругозор детей, формировать целостную картину мира

Развивающие:

* Развивать познавательно-исследовательский интерес: умение наблюдать, анализировать, сравнивать; развивать все психические процессы; развивать любознательность и познавательную мотивацию; формировать познавательные действия.
* Развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, в своих поступках следовать положительному примеру (АХ – герой мультфильма)
* Продолжать развивать умения устанавливать причинно-следственные связи между человеком и природным миром.
* Продолжать развивать свободное общение взрослых и детей
* Развивать все компоненты устной речи

Воспитательные:

* Воспитывать уважительное отношение к сверстникам, культуру общения, желание проявлять заботу, внимание, умение сопереживать, бережное отношение к окружающим, выражать готовность помогать тем, кто попал в беду.
* Воспитание осознанного отношения к выполнению правил безопасности.

Оздоровительные:

* Формировать заботливое отношение о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном разностороннем развитии каждого ребенка, создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных).

**Методы и приемы:**

**Наглядные:** просмотр мультимедийной презентации**,** рассматривание плаката «Режим дня»,образец

**Словесные:** приветствие, беседа, вопросы к детям, ответы детей, создание проблемных ситуаций, художественное слово, похвала, обсуждения, обмен впечатлениями, проблемные вопросы, проблемные ответы, подведение итогов.

**Практические:** принятие решений, элементы утренней зарядки, д\и «Правила гигиены», сценка-драматизация; д\и «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», релаксационное упражнение «Тишина», д\и «Собери рюкзак», двигательная активность «Поход»

**ТСО и ИКТ:** видео звонок по скайпу от АХа; аудио голос героев мультфильма ОХа и АХа, видеофильм о жизни Оха,

**Сюрпризный момент:** дидактическая игра «Тело человека»

**Интеграция образовательных областей:** художественно-эстетическое развитие, физическое развитие, речевое развитие.

**Материалы и оборудование:** н-п игры, мольберт, плакат «Режим дня», образец правила гигиены, продуктовая корзина с продуктами, шапочки для роли «Врач скорой помощи», телефон, 2 рюкзака, 2 набора предметных картинок, д\и «Тело человека».

**Раздаточный материал:** карточки с заданием на каждого ребенка (правила гигиены), фломастеры, фишки-маркеры красного и зеленого цвета,

**Мультимедийная установка.**

**Предварительная работа:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды детской деятельности** | **Методы и приемы** | **Содержание** |
| Игровая | Сюрпризный момент  Просмотр мультфильма | Видео звонок по скайпу  Игра в подарок «Тело человека» |
| Двигательная | Физкультминутка – элементы утренней гимнастики | «Все мы делаем зарядку»  «Поход» |
| Коммуникативная | Активизация речевой деятельности, художественное слово, вопросы к детям, ответы детей, похвала, обсуждения, обмен впечатлениями, подведение итогов пояснения, формулирование выводов, рассказ, похвала. | Общение взрослого и детей в процессе деятельности |
| Познавательная | Создание проблемных ситуаций, постановка проблемных вопросов, объяснение по схемам. | Беседа |
|  |  |  |

**Деятельность детей организованна в музыкальном зале.**

**Дети занимаются свободной деятельностью.** В целях мотивации **воспитатель приветствует детей:**

-Здравствуйте ребята!

- Здравствуйте Елена Николаевна.

- Вот мы с вами сейчас поздоровались, а что это значит?

- Поприветствовали друг друга.

- Правильно дети. Помните, мы с вами разговаривали, что означает слово «Здравствуйте», кто помнит?

- Это слово означает здоровье, значит пожелать друг другу здоровья.

- Верно дети. Дети, а вы знаете, где здоровье хранится?

- В человеке, внутри нас.

**Обобщающий вывод:**

- Правильно здоровье находится внутри каждого из нас.

Беседу о здоровье прерывает **видео звонок по скайпу (мультимедийная презентация слайд 1)**.

**-** Дети, давайте, посмотрим кто нам звонит и ответим. Кто это, вы узнали?

- Да, это АХ - герой мультфильма «Ох и Ах».

- Верно дети, да, это он с нами на связи. Что же случилось? Почему он нам позвонил именно сейчас? Давайте ответим и все узнаем.

**слайд 2.**

**АХ:** «Здравствуйте, дорогие ребятишки, девчонки и мальчишки!

Решил я обратиться к вам с **просьбой**, может, вы сможете мне помочь?

**Случилась беда. Заболел мой друг ОХ**.

А все потому, что не слушал меня…

Ему говорил я всегда,

Что нужно заботится о своем здоровье, своем организме, делать как я!

Я всегда его звал с собой – он не хотел,

Ленился, говорил, что я ему надоел!

Что все это чепуха, только времени тратить жалко.

Вот не слушал и сучилась беда, теперь заплакал!

Посмотрите дети, я прислал вам про ОХа фильм,

Посмотрите, как он живет и скажите мне, что делать с ним?!».

**Мультимедийная презентация. Видеоролик 3 «Как живет ОХ»**

**Гимнастика для глаз**

Мы гимнастику для глаз

Выполняем каждый раз.

Мы дадим им отдохнуть,

Их закроем на чуть - чуть.

А теперь их открываем

И немного поморгаем.

**АХ:** «Не знаю, как ему помочь, один я не справлюсь.

А вы все такие красивые, здоровенькие, вы мне все нравитесь.

Наверное, секрет какой-то знаете.

**Поделитесь со мной секретом**, как с ОХом справиться.

Только прошу, помогите быстрее, а то ему совсем плохо.

Спасибо вам, дети, до свидания, привет вам от ОХа».

**Воспитатель:** «Да, грустная история. Ребята, **как вы считаете, сможем мы помочь - вылечить Оха?**

- Сможем помочь, постараемся, обязательно поможем **(примерные ответы детей)**.

- Дети, вы заметили у ОХа – темные круги под глазами, сгорбленная спина, он грустный и поникший, вид действительно у него не здоровый! **Что будем делать, ребята?** **А как мы сможем его вылечить?(** **проблемные вопросы)**

- Давайте поможем ОХу стать здоровым. Давайте расскажем Оху о здоровье, витаминах, о спорте. Давайте покажем, что мы умеем делать, чтобы быть здоровыми **(примерные ответы детей)**.

- Дети, давайте спросим у Оха хочет ли он сам стать здоровым и согласен ли прислушаться к нашим советам?

**Дети спрашивают Оха (проблемные вопросы):**

- Ох, желаешь ли ты стать здоровым, как мы? Ох, ты хочешь поправиться и больше никогда не болеть? Ох, ты хочешь узнать, как стать здоровым? Ох, посмотри на нас и скажи, хочешь стать таким, как мы?

**ОХ:** «Да, я хочу, выздороветь, я не хочу болеть,

Но…. я ленюсь, я люблю побольше поесть,

Меньше двигаться, подольше поспать,

Я ленюсь…..ой, мне надо в кровать…..»

**Воспитатель:** «Ох, так нельзя! С таким образом жизни можно попасть в больницу, мы с ребятами этого не допустим и поможем тебе! Ох, оставайся с нами на связи, не ленись и внимательно смотри, как ребята **здорово** живут в детском саду!»

- Ребята, что нам с вами помогает не забывать о здоровом образе жизни?

– Режим дня, правила здорового образа жизни (примерные ответы детей).

- Правильно дети! Если такие правила всегда будут рядом с нами, то мы не забудем заботится о своем здоровье и своем организме. А такие правила всегда с нами.

**Воспитатель вывешивает перед детьми их правила здорового образа жизни** (плакат известен детям, они ежедневно взаимодействуют с ним в течение дня**).**

«Оху мы покажем и расскажем

Как здоровье наше укрепляем.

Попрошу я вас, ребята,

Рассказать все по порядку,

Например, как вы сегодня

Утром делали зарядку».

**Дети:** «Зарядка оживляет организм, помогает важным процессам жизнедеятельности – кровообращению, дыханию. Если всегда делать утреннюю гимнастику, то улучшается сон, аппетит, повышается трудоспособность. Вырабатывается привычка следить за своим здоровьем».

- Ох, скорей ты вставай, зарядку с нами выполняй!

**Практическое задание №1. Элементы утренней гимнастики.**

- Вот и поразмялся вместе с нами Ох,

Делай гимнастику каждый день – будешь здоров!

- Дети, как вы думаете, Ох слышал такое выражение: «Чистота – залог здоровья»? А вы слышали?

- Личная гигиена - это уход за своим телом, содержание его в чистоте, это гигиена питания (примерные ответы детей) .

- Ребята, а для чего необходима личная гигиена?

- Соблюдение правил гигиены поможет нам быть здоровыми, аккуратными, опрятными, чистыми. Всем необходимо иметь предметы личного пользования: расческа, зубная щетка, полотенце, носовой платок (примерные ответы детей).

- Ребята, Ох, а вы заметили, что мы с вами сами составили правила личной гигиены. Давайте их повторим. На столе лежат карточки с правилами личной гигиены, которые помогают нам быть культурными и опрятными. Рассмотрите их, найдите ошибку и зачеркните не верное правило фломастером.

**Практическое задание №2 дидактическая игра «Правила гигиены»**

После выполнения задания воспитатель предлагает детям проверить результат друг у друга, затем сравнить с образцом.

- Чтоб в грязнулю и неряху,

**Ох,** тебе не превратиться,

Обещай, что каждый день

Будешь чисто, чисто мыться.

**ОХ:** «Обещаю, так сказать, гигиену соблюдать!»

- Ох, чтобы делом заниматься,

Должны мы правильно питаться.

Ох, обрати внимание!

Говорим мы о питании!

**Сценка-драматизация. Девочка:**

Хозяйка однажды из магазина пришла,

Купила продукты, домой принесла:

Конфеты и фрукты,

Мясные продукты,

Овощи, рыбу и колбасу

Крупы, соленья, хлеб и муку.

Готовить хозяйка уже не смогла,

Устала с работы, взяла бутерброд и легла.

Потом газировки себе налила,

Поела сухариков и спать собралась.

Вдруг что - то случилось, живот заболел,

Хозяюшка сразу вся побелела.

«03», догадалась, скорей позвонить.

Хозяйку в больницу быстрей увезли!

**Практическое задание №3 «Обсуждение проблемной ситуации».**

- Дети, как вы считаете, почему так случилось с хозяйкой?

- Потому что она ела бутерброды, газировку пила, сухарики ела, от ужина отказалась, так не было сил готовить, может, поленилась (примерные ответы детей).

- Дети все, что вы назвали это тоже еда. Что вы можете о ней сказать, какая она?

- Вредная, не полезная, не правильная, опасная (примерные ответы детей).

- Дети, вот бутерброд: хлеб и колбаса, еще один бутерброд хлеб и сыр. Разве эти продукты вредные?

- Нет, они не вредные, но лучше их употреблять раздельно или с гарниром (рисом, макаронами, гречей). Еще лучше их употреблять с утра с чаем или молоком, а колбаса вообще вредная. Бутерброд – это перекус, а перекусывать вредно для организма и пищеварительной системы. Обязательно нужно кушать первое блюдо ( различные супы). (примерные ответы детей)

**Обобщающий вывод:**

- Все верно дети! Вредно питаться всухомятку, вредно пить газированную воду, жевать жевательную резинку, употреблять огромное количество сладкого, вредно постоянно употреблять в пищу пиццы, чипсы, сухарики и т. д. Нужно обязательно завтракать. Ужин должен быть полноценным, но “лёгким”, содержать творог, йогурты, фрукты. Пищу нельзя пересаливать, нельзя кушать слишком острую пищу, жареную пищу. Все это сильно вредит нашей пищеварительной системе и организму в целом. Ребята, мы с вами убедились, что питаться нужно не только вкусно, но и полезно. Мы должны с вами помнить, что не все то полезно, что вкусно.

**Обобщающий вывод:**

Ребята и ОХ, мера нужна и в еде,

Чтоб не случиться нежданной беде,

Нужно питаться в назначенный час,

В день понемногу, но несколько раз.

Этот закон соблюдайте всегда,

И станет полезною ваша еда!

- ОХ, надо чаще улыбаться

Закаляться,

И тогда

Не страшна тебе хандра!

На прогулку выходи

Свежим воздухом дыши

Только помни при уходе

Одеваться по погоде!

Дети, а ка вы думаете, прогулка на свежем воздухе улучшает наше здоровье?

- Да, надо больше гулять, дышать свежим воздухом, двигаться, чтобы быть здоровыми и не болеть, чтобы наш организм получал кислород.

- А что произойдет с нами, если мы не будем дышать свежим воздухом?

- Мы заболеем, будет болеть голова, дети станут ослабленными, будут быстро уставать и у них не хватит сил улыбаться и играть.

- Дети, вы уже наверно слышали такое выражение «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»? Как вы думаете, почему так говорят? Чтобы вы смогли найти правильные ответы, я предлагаю вам поиграть в игру. У вас на столах есть фишки красного и зеленого цвета. Я вам буду давать советы по оздоровляющей прогулке.

Если правильный совет –

Поднимай зеленый цвет.

А неправильный совет –

Протестует красный цвет!

Но будьте внимательны, я вас буду запутывать.

**Дидактическая игра вопрос – ответ «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»**

1. Нужно спортом заниматься, ежедневно закаляться.
2. Свежий воздух необходим, он прибавит новых сил.
3. Если снег идет и дождик моросит, гулять мы не идем, в группе целый день сидим.
4. Солнце мы не любим, оно в глазки светит, наши глазки слепит.
5. На солнце дети быстрее растут, болеть никогда не будут.
6. Ни мороз нам не страшен, ни жара. мы здоровы всегда.
7. Утром рано обливаюсь водой из под крана.
8. Похожу босиком, ноги мою прохладной водой.
9. Не люблю я шарф и варежки, мне без них гулять нравится.
10. В теплые дни люблю гулять в лесу и у реки.

- Видишь, Ох, как просто все

Природа помогает нам во всем!

**- ОХ:** Буду часто я гулять, свежим воздухом дышать.

Буду чаще умываться и на солнце загорать.

Ведь теперь мои друзья – солнце - воздух и вода!

- Дети есть такое выражение гигиена сна. Чтобы сохранить здоровье, человек должен соблюдать гигиену сна. Не зря в народе говорят: «Сон лучше всякого лекарства». Сон необходим человеку. Отдых нужен всем органам — мышцам, сердцу, желудку, печени и другим. Во сне отдыхает мозг, возвращаются силы. Но не всякий сон полезен. Как вы думаете, полезно спать слишком долго или не вовремя?

- Нет, потому что сил будет меньше, будут болеть мышцы (расслабятся). Если все время спать можно облениться, мы будем меньше знать, станем слабыми.

- Все верно дети. Сейчас я предлагаю вам немного отдохнуть.

**Отдых релаксация "Тишина"**

Мы устали все чуть - чуть.

Предлагаю отдохнуть.

Отдыхайте наши уши

Тишину мы будем слушать.

И глаза мы закрываем,

И они пусть отдыхают.

В тишине представить море,

Свежий ветер на просторе.

За волной плывет волна,

А в округе тишина.

Ночь. Темно на улице.

Надо нам зажмурится.

Раз, два, три, четыре, пять

Можно глазки открывать.

Отдохнули? Хорошо.

Повторяем все еще.

- Запомни, Ох, не всякий сон полезен

Всегда лежать в постели это вредно!

- Поездки, туры, путешествия,

Как можно нам без них прожить?

Жизнь станет скучной и унылой,

Начнем мы чахнуть и тужить.

- Без нужных вещей в походе не обойтись, какие же самые необходимые, что нам нужно сложить в рюкзак? На столе перед вами лежат предметы, рассмотрите их и выберете то, что считаете необходимым в походе.

**Дидактическая игра «Собери рюкзак». Обсуждение.**

Собрали рюкзак и оправились в поход. А там столько препятствий и преград, которые вам необходимо преодолеть. Наши туристы, а ну-ка вставайте, путь свой начинайте **Двигательная активность «Поход» (по кругу)**

**Дети пришли к Оху.**

- Ох, ты в поход собрался,

Нас наверно ты заждался

Наш туристический поход

Нам здоровье принесёт.

Вот те добрые советы

В них и спрятаны секреты

Как здоровье сохранить

Научись его ценить.

АХ: Славно мы повеселились.

Очень крепко подружились

Вы нам очень помогли,

Оха вылечили.

Быть здоровым должен каждый,

Ведь для жизни это важно.

И за это вам друзья

Пришлю подарок от меня.

По электронной почте,

Смотрите срочно, срочно.

Благодарим всех за внимание, спасибо до свидание.