

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Колобок» пгт Юрья Юрьянского района Кировской области

Методическая разработка сценария взаимодействия
педагога и детей в процессе НОД.
Тема: Где спрятано здоровье?

*(познавательного и физического развития детей старшего
дошкольного возраста)*



Составила и провела:
Чулкова Татьяна Николаевна,
воспитатель МКДОУ детского сада «Колобок»
пгт Юрья.

пгт Юрья

Цель: Приобретение опыта детьми в становлении ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Задачи:

1. Систематизировать и закрепить знания детей о факторах сохранения здоровья (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).
2. Развивать общение и взаимодействие ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.
3. Формировать познавательные интересы и познавательные действия ребенка в самостоятельной и совместной деятельности со взрослым.

Материалы и оборудование:

- модель солнца с отдельными лучиками;
- магниты;
- макет дерева;
- ИКТ;
- набор иллюстраций «Продукты питания», «Органы дыхания».
- картины богов древней Греции.

Форма организации:

Фронтальная, индивидуальная.

Методы и приемы: Словесные, практические, наглядные, вопросы, рассказ, художественное слово, объяснения, показ.

Содержание деятельности

Организационный - мотивационный этап

- Дети, посмотрите, к вам сегодня пришли гости! Давайте поздороваемся с гостями душой и сердцем (*дети здороваются*). Здравствуйте, дорогие гости!

- А знаете, вы не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: «Здравствуйте!» А это значит, желаю здоровья. Сегодня, мои милые друзья, мы найдём ответ на один вопрос: Где прячется здоровье? Но сначала я расскажу вам одну старую-старую легенду. Давайте присядем с вами на стульчики (*стульчики стоят полукругом*).

- Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги (*выставляется картинка*). Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать.... Каким должен быть человек? Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», а третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный подарок богов – своё здоровье!

Значит, здоровье, оказывается, спрятано и во мне, и в тебе, и в тебе, в каждом из нас.

Основной этап деятельности

- Ребята, а что значит, быть здоровым? (*ответы детей*). А как ты считаешь?

Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком (*модель солнца на магнитной доске*), у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма. **Первый лучик вашего здоровья, как вы сказали, – это сила и движение** (*переворачивается первый лучик, там изображение ребёнка, делающего зарядку*).

- Каких людей вы считаете сильными? (*ответы детей*). А где находится ваша сила? (*ответы*). Правильно, наша сила находится в мышцах. Расскажите мне, пожалуйста, что вы делаете, чтобы ваши мышцы были сильными? (*ответы детей - делаю зарядку, занимаюсь физкультурой и др.*).

- Дети, а теперь мы все вместе покажем, как нужно тренировать мышцы своего тела с помощью зарядки.

Становитесь, дети в круг,
Станет солнечно вокруг.
Станем все здоровыми,
Сильными, весёлыми. (*дети встают в круг*)

Кто зарядкой занимается,
Тот здоровья набирается!
Зарядку делают и взрослые и дети,
И насекомые, и звери – все на свете.

Включить музыку

Зарядка.

Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.

Маршируют

Утром бабочка проснулась.
Потянулась,
Улыбнулась.
Раз – росой она умылась.
Два – изящно покружилась.
Три – нагнулась и присела.
На четыре – улетела.

Плавные взмахи руками.

Движения выполнять по содержанию текста.

Хомка, Хомка, хомячок –
Полосатенький бочок.
Хомка раньше всех встаёт.

Руки на поясе, выполняем повороты вправо-влево.

Щёчки моет, шейку трёт.

Имитация

Подметает Хомка хатку

Наклон вперёд, имитация «подметаем»

И выходит на зарядку.

Кисти рук прижимаем к плечу, напрягая мышцы рук.

Раз-два-три-четыре-пять –

Хочет Хомка сильным стать!

Широко раскинул ветки
Возле дома старый клён.
Выгнул спину кот соседкин –
Физкультуру любит он.
Кошка тоже протянулась,
Спинка мостиком прогнулась.
Поцарапала дощечку
И уселась на крылечко.

Руки вверх, покачали
Наклоны вперёд-назад
Прогибают спину
Наклон
«Царапки»
Присели, умываются

И лягушка по утрам
Делает зарядку,
Очень ловко и легко
Прыгает на грядку.
Раз-два, из травы,
Лапки выше головы.

Присели в позу лягушки
Прыжки

Отдыхать умеем тоже –
Руки за спину положим,
Голову поднимем выше
И легко-легко подышим...
Вот здоровья в чем секрет,
Всем друзьям физкульт-привет!

выключить музыку

- Посмотрим, сколько силы стало в ваших руках (*проверяют сами*). Добавилось силы? Какие мышцы стали у тебя? Ребята! А вот и ответ на вопрос: почему человек должен быть сильным? Сила и движение укрепляет здоровье человека! *Воспитатель предлагает сесть детям на свои стульчики.*

Совместная деятельность педагога и детей

- Ребята, посмотрите, что это у меня в руках (*показывает воздушные шарики*)? (*ответы*) Шарик эти непростые, они откроют нам одну тайну. Скажите мне, пожалуйста, что находится внутри шариков? (*ответ детей – воздух*).

- А шарики лёгкие или тяжёлые? Почему? (*лёгкие, потому что воздух лёгкий*)

- А как воздух попал в шарик? (*его надули, туда вдохнули воздух*). То есть мы с вами умеем дышать.

Ребята, все мы знаем:

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы

Дышим он, и я, и ты.

Давайте проверим, так ли это.

Попробуйте глубоко вдохнуть, закройте ладошкой рот и нос. Что вы почувствуете? Почему не смогли долго быть без воздуха? А ты что чувствовал? (*Ответы детей*) Правильно! Я почувствовала, что мне не хватает воздуха, мне стало тяжело. Потому что, это каждая клеточка нашего организма взбунтовалась и закричала – пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибнем!

- А как вы думаете, куда попадает воздух, когда вы его вдыхаете? У воздуха есть свое место внутри вашего тела?

Два воздушных шарика

У тебя внутри.

Если ты их знаешь,

Быстро назови! *(ответы детей)*

Правильно, это место называется лёгкими *(показать картинку с изображением лёгких)*. Это такие специальные мешочки, которые так похожи на воздушные шарики.

- А как же воздух попадает в наши лёгкие, через что? Правильно, через нос. Дышать нужно только носом, так как холодный воздух в носу согревается, очищается от многих микробов, пыли и мелких частиц. Затем воздух попадает в удивительный воздушный тоннель (трубочку). Кто знает, как называется эта трубочка, по которой воздух попадает в лёгкие? Это трубочка называется – трахея. Благодаря лёгким мы дышим. Они работают и днём, и ночью, изо дня в день, месяц за месяцем, год за годом – всю нашу жизнь. Как вы думаете, можно ли дышать грязным воздухом, например, дымом? А каким воздухом надо дышать? Правильно, чтобы быть здоровым, нужно носом вдыхать чистый свежий воздух, богатый полезным веществом – (каким?) кислородом.

Скажите, пожалуйста, вы на зарядке в детском саду выполняете дыхательные упражнения? А для чего вы делаете дыхательные упражнения? *(Ответ – чтобы учиться правильно дышать, восстановить дыхание, не болеть)* Давайте вспомним, какое упражнение на дыхание вы знаете. Кто мне может показать? *(дети встают на ноги)* Я тоже вас научу делать одно дыхательное упражнение, оно так и называется «Воздушный шарик».

Дыхательное упражнение «Воздушный шар»

1. Медленно выполнять вдох через нос, руки развести в стороны
2. На выдохе сделать резкий хлопок ладошками.

Ну, теперь вы, наверное, догадались, как называется наш **второй лучик** здоровья? Чтобы быть здоровым нужно правильно дышать **чистым свежим воздухом – кислородом** *(перевернуть лучик с соответствующей картинкой)*.

- Ребята, скажите, а без чего ещё человек не может прожить и дня? *(ответы – без еды, пищи)*. Зачем человеку еда? Как ты считаешь? *(ответы – человек питается для того, чтобы жить, пища – источник энергии, если не будем питаться, то не вырастем)* Вы согласны? А теперь скажите мне, какими должны быть продукты питания? *(ответы – свежими, чистыми, полезными для здоровья, богатыми витаминами)*.

- Давайте поиграем в игру. В магазинах продают много разных продуктов, представьте, если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты.

Я буду называть продукты питания, а вы должны определить, какие из них полезны для здоровья, а какие вредные. Если продукт полезен, вы хлопаете в ладоши, а если нет, то не хлопаете. *Яблоко, конфеты, чипсы, лимон, рыба, жевательная резинка, мясо, морковь, пепси-кола, молоко.*

- Молодцы, я обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезные продукты .

Самостоятельная деятельность детей

- Ребята, обратите внимание на дерево. Как оно называется? (*дуб*) Правильно, дуб самое крепкое, мощное и здоровое дерево. Я предлагаю вам стать садовниками здоровья, давайте, превратим наш дуб в чудо–дерево, на котором будут расти только полезные для здоровья продукты. Подходите сюда, выбирайте картинки и вешайте их на наше чудо-дерево (*на столе карточки с продуктами, дети выбирают нужные, вешают на дерево*). Полюбуйтесь своей работой (*сажаются*).

Почему на дереве выросла морковка? (*в ней много витаминов*)

Чем полезно молоко, мясо? (*много белков*) В хлебе много углеводов.

Почему вырастили лимон? (*защищает от вредных микробов*)

Вот так чудо-дерево получилось

Полезными плодами оно обогатилось.

Мы запомним навсегда

Для здоровья нам нужна **витаминная еда!** (*открывается третий лучик*)

- Для того, чтобы быть здоровым, ещё надо, как вы думаете что делать, – **закаляться** (*Открывается четвёртый лучик*). «Смолоду закалишься, на весь век сгодишься». Так гласит народная пословица. Если в детстве закалишься, укрепишь своё здоровье, то когда вы повзрослеете, станете старенькими бабушками и дедушками, то не будете болеть. Как можно закаляться? (*загорать, купаться, гулять на свежем воздухе*). А вам нравится закаляться? Чем ещё вы закаляетесь? (*обливание водой, босиком гулять по травке, принимать солнечные ванны*)

Рефлексивно - результативный этап деятельности

- Дети, внимательно, внимательно посмотрите друг на друга, почему у (...) сверкают глаза? Почему у (...) добрая улыбка? Почему вы все весело улыбаетесь? Какое у вас настроение? (*весёлое, хорошее, радостное*) **Хорошее настроение - вот имя последнего (пятого) лучика** (*открывается пятый лучик*).

- Посмотрите, и солнышко тоже улыбается (*переворачиваю солнышко*), радуется за вас, потому что мы нашли, куда боги спрятали наше здоровье. И теперь вы сможете сблечь его. Что для этого нужно делать? (*повторить по лучикам – делать зарядку, правильно дышать чистым свежим воздухом, правильно питаться, закаляться и быть всегда в хорошем настроении*) Молодцы, я уверена в вас! А смогут ли сохранить здоровье, данное им богами, наши гости? Подойдём, спросим. (*Беседа детей и гостей*).

Вот и наступила, мои друзья, минута прощания. И на память я хочу вам подарить каждому солнышко – символ здоровья (*раздаются солнышки*). Пусть лучики солнца вас согревают, будьте здоровыми и берегите своё здоровье. А как? Вы уже знаете.