**Методическая разработка непосредственной образовательной деятельности детей старшего дошкольного возраста по теме**

**«Система здоровьезбережения**

**детей в детском саду.**

**в рамках муниципального проекта «Внедрение системы образовательных событий как средства повышения образовательных результатов, обучающихся ГО Красноуфимск» с использованием метода кластер**



***Подготовила*** *воспитатель:*

*Тихонова Т.В.*

г.Красноуфимск, 2018 г.

**Цель:** Создать условия для формированияу детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Формировать у детей представления о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела; уточнить знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия.

Закрепить представление детей о распорядке дня, значимости режима дня.

Учить детей делать умозаключения, обобщения, обосновывать собственное мнение.

**Коррекционно – развивающие:**

Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

**Воспитательные:**

Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Воспитывать навыки сотрудничества в коллективной деятельности.

**Форма проведения:**групповая.

**Словарная работа:** Здоровье, режим дня, закаливание.

 **Предварительная работа:**Привитие детям гигиенических навыков, беседа с детьми о пользе зарядки, чтение художественной и познавательной литературы по теме, рассматривание иллюстраций, просмотр видеофильмов.

**Материал и оборудование**:на ватмане модель, трубочки и баночки по количеству детей.«Чудесный мешочек» с предметами гигиены (мыло, мочалка, зубная щетка и паста, полотенце, носовой платок, расческа), картинки для кластера, клей; видео: «Солнышко лучистое»

|  |  |
| --- | --- |
| **Этап** | **Деятельность воспитателя** |
| **Мотивационно – проблемный** | **Организационный момент**Приветствие: Здравствуй, правая рука Здравствуй, левая рука. Здравствуй, друг, Здравствуй друг. Здравствуй, весь наш дружный круг.(Дети садятся)- Ребята, а знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому что вы сказали: “Здравствуйте!” Здоровья желаю.Как вы думаете, что такое здоровье?(ответы детей) |
| **Деятельностный** | - Сейчас я хочу рассказать вам старую легенду  «Давным–давно на горе Олимп жили боги. 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 умным». Третий сказал: «Человек должен быть здоровым». Но один Бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека - здоровье. Стали думать- решать - куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - на высокие горы. А один из Богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека».Так и живет человек с давних времен, пытаясь найти свое здоровье, да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар Богов!- Значит, здоровье – то оказывается, спрятано и во мне, и в тебе, и в каждом из вас и у этого мальчика. (В круга картинка здорового мальчика). Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке нашего организма. Вот модель солнышка – здоровья! Каждый лучик имеет свое значение. ***ПЕРВЫЙ ЛУЧИК***Режим дня.- Дети, как вы думаете, что такое режим?(суждение детей)Вывод: 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. С этим режимом детского сада знакомы и ваши родители - папы, мамы, ну а часы показывают время выполнения режима дня. Режим дня помогает быть дисциплинированным, помогает укреплять здоровье, хорошо и качественно выполнять все свои дела и задания. А теперь я хочу предложить послушать, как наши дети выполняют режим дня дома и в детском саду. (Дети выходят по одному и рассказывают стихи)**Арина Ф.**1.Чтоб здоровье сохранить,Организм свой укрепить,Знает вся моя семьяДолжен быть режим у дня.**Полина Д.** 2.Мне гимнастика нужнаПомогает здорово.Чтобы нам не болетьИ не простужатьсяМы зарядкой с тобойБудем заниматься.**Кирилл К.** 3.Вниманьем и лаской в саду нас встречают,Без мамы и папы мы не скучаем:Рисуем, танцуем, читаем, поем,Гуляем, играем, мир познаем!Кто выйдет и найдет картинку с режимом дня и прикрепит к нашему солнышку.- Чтобы узнать, как называется **ВТОРОЙ ЛУЧИК** нашего здоровья, мы проведем опыт.Загляните внутрь этой трубочки. Что вы там видите?Дети: Ничего нет.- Сейчас мы увидим, кто там прячется. Один, два, три, невидимка, из трубочки беги. (Опускаем трубочку в воду и подуем в нее, из трубочки бегут пузырьки).- Что за невидимка сидел в трубочке?Дети: Это воздух.- Правильно, дети. А для чего нужен воздух?**Полина Д.**Без дыханья жизни нет,Без дыханья меркнет свет,Дышат птицы и цветы,Дышит он, и я, и ты.- Давайте проверим, так ли это. Сейчас вы постараетесь глубоко вдохнуть воздух и закрыть рот и нос ладошками (дети выполняют задание воспитателя).- Что вы почувствовали? Почему не смогли долго быть без воздуха? (Суждение детей).- Правильно. Каждая клеточка вашего организма взбунтовалась и говорит: «Пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибаем». Вдыхание свежего воздуха в течение 15-20 минут придаёт бодрость, стимулирующее действует на кровь, улучшая её состав.А давайте вспомним какие дыхательные упражнения мы выполняем на зарядке.Подуем на животКак трубка, станет рот,Ну, а теперь - на облакаИ остановимся пока.Скажите, пожалуйста, почему мы на зарядке выполняем дыхательные упражнения? Дети: Чтобы наш организм обогатился кислородом. - Правильно, ребята, воздух богатый кислородом – это чистый, свежий воздух. - Так как же называется **второй лучик** здоровья?Дети: Воздух.**Айгуль С.**На прогулку выходиСвежим воздухом дышиТолько помни при уходеОдевайся по погоде!- Кто прикрепит к нашему солнышку картинку наши прогулки на свежем воздухе.**ТРЕТИЙ ЛУЧИК**- А теперь послушайте загадку: Зимой в воде холодной, купаться не боюсь, Я только здоровее, ребята, становлюсь.Дети: - Закаливание - Как вы понимаете эту пословицу? «Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно». Есть много видов закаливания, помогите мне их вспомнить. Дети: - Обливание под душем - Умывание прохладной водой - Полоскание горла - Бег в прохладном помещении.- Воздушные ванны. - Как вы думаете, для чего люди закаляются? (ответы детей - закалённый человек мало или совсем не болеет. Легче переносит заболевания. У него всегда бодрое настроение.) - Какие вы молодцы, все знаете. Люди закаляются для того, чтобы научить свой организм сопротивляться вредным условиям, научить его быть сильным, а значит выносливым и здоровым. Теперь вы знаете название третьего лучика здоровья. Кто скажет, как он называется? Дети: - Закаливание.- Кто прикрепит к нашему солнышку картинку закаливания.- Давайте покажем какие мы спортивные**Физминутка «Солнышко лучистое» (под музыку)****ЧЕТВЕРТЫЙ ЛУЧИК**- Послушайте пословицу: «Хочешь, не хочешь, а есть надо». - Почему так пословица говорит? Зачем человеку еда? Как вы считаете? (Ответы детей)(Ребенок рассказывает стихотворение)**Алина А.**Чтоб здоровым остаться,Нужно правильно питаться.Пищей сладкой шоколаднойТы не увлекайся.Очень кислого, соленногоТы остерегайся.Только овощи и фрукты,Очень вкусные продукты.Дети, а давайте поиграем с вами в словесную игру, и я узнаю, что вы знаете о полезной еде. Я зачитываю четверостишье о продуктах. Если они полезные, то вы все вместе говорите: *«Правильно, правильно совершенно верно».*Если о том, что для здоровья вредно, вы молчите. (Читаю четверостишия)1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок. И тогда ты точно будешь очень строен и высок (правильно)2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить, ешь конфеты, жуй ирис, строен стань, как кипарис (молчат)3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет, ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и виноград. (правильно)4. Пейте дети молоко, будете здоровы (правильно)Молодцы, ребята, я обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезную еду.Итак, как же называется четвертый лучик здоровья?Дети: Полезная еда!Кто прикрепит к нашему солнышку картинку правильное питание.**ПЯТЫЙ ЛУЧИК*****Дидактическая игра «Чудесный мешочек»***Дети на ощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка)Для чего нужны эти предметы? (эти предметы помогают содержать наше тело в чистоте)А зачем нужно соблюдать чистоту? (чтобы не было грязи)А чем опасна грязь? (в ней живут микробы)А что такое микробы? (Это маленькие частицы, страшные, болезни, невидимые, попав в организм человека с пищей или с воздухом, эти невидимые враги мгновенно размножаются и вызывают заболевание).Чтобы ни один микроб Не попал случайно в рот,Руки мыть перед едойНужно мылом и водой. - Правильно вы сказали. Значит пятый лучик здоровья называется – «чистота». - Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье? Почему говорят: «Чистота – залог здоровья»? (ответы детей) Кто прикрепит к нашему солнышку картинку культурно – гигиенические навыки.**ШЕСТОЙ ЛУЧИК** нашего здоровья – это физические упражнения - Давайте, дети, подумаем, какую пользу приносят физические упражнения? (суждение детей)- А вы сами выполняете физические упражнения?Где и когда? (суждение детей)- Скажите, ребята, почему человек должен заниматься физкультурой?Дети: Чтобы не болеть, быть здоровым.Спорт, ребята, очень нужен, Мы со спортом крепко дружим. Спорт – помощник, Спорт – здоровье, Спорт – игра, Спорту скажем дружно: «Да! »**Словесная игра «Я начну, а ты продолжи!»**1. Здоровый человек – это… (кто занимается спортом)2. Мое здоровье… (мне помогает быть сильным)3. Иногда я болею, потому что… (у меня слабый иммунитет,4. Когда я болею, мне помогают… витамины5. Когда у человека что – то болит, то он… (идет к врачу)6.Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется… (Делать зарядку!Кто прикрепит к нашему солнышку картинку физических упражнений.- Ребята, посмотрите, как засияли и засверкали наши лучики здоровья на солнце. Кто выйдет и по нашему солнышку расскажет, что нудно делать чтобы быть здоровым.Давайте послушаем Риту, она еще раз нам напомнит, что же нудно делать для здоровья.**Рита М.**Мы желаем вам, друзья,Быть здоровыми всегда,Но добиться результатаНевозможно без труда.Постарайтесь не лениться:Прежде, чем за стол садиться,Руки мойте мылом и водой.И зарядкой занимайтесьЕжедневно по утрам.И, конечно, закаляйтесь –Это так поможет вам!Свежим воздухом дышитеПо возможности всегда.На прогулки в лес ходите –Он вам силы даст, друзья!Без дыханья жизни нет,Без дыханья меркнет свет,Дышат птицы и цветы,Дышит он, и я, и ты.- Здоровье – это награда, которую получает человек за усердие. Нужно помнить всегда главное «Чтобы стать здоровым, надо научиться быть здоровым». |
| **Рефлексия** | А теперь мы улыбнемся,Дружно за руки возьмемся,И друг другу на прощаниеМы подарим пожеланияДети: желаем крепкого здоровья, бодрости и хорошего настроенияЧто было интересно? Чем необычно? |
| **Открытость** | Ребята, повесим нашу карту - солнышко в группе, дома родителям расскажете о нашей работе. Принесите фотографии, как вы дома сохраняете свое здоровье покажите и расскажите нам. |