**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 семья  Должен быть режим у дня.  **Полина Д.**  2.Мне гимнастика нужна  Помогает здорово.  Чтобы нам не болеть  И не простужаться  Мы зарядкой с тобой  Будем 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 живот  Как трубка, станет рот,  Ну, а теперь - на облака  И 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 выходи  Свежим воздухом дыши  Только помни при уходе  Одевайся 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 шоколадной  Ты не увлекайся.  Очень кислого, соленного  Ты 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 едой  Нужно 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… витамины  5. 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 результата  Невозможно без труда.  Постарайтесь не лениться:  Прежде, чем за стол садиться,  Руки мойте мылом и водой.  И зарядкой занимайтесь  Ежедневно по утрам.  И, конечно, закаляйтесь –  Это так поможет вам!  Свежим воздухом дышите  По 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 прощание  Мы подарим пожелания  Дети: желаем крепкого здоровья, бодрости и хорошего настроения  Что 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. |