

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр «Южный город» пос. Придорожный  
муниципального района Волжский  
Самарской области структурное подразделение «Детский сад «Забава»  
443535, Россия, Самарская область, муниципальный район Волжский, сельское поселение  
Лопатино, с.Лопатино, мкр. Южный город, ул. 75-летия Победы, здание 2; Проезд  
Вишневым, здание 2; e-mail: zabavasad@bk.ru

---

**Методическая разработка  
конспекта образовательной деятельности  
с воспитанниками подготовительной к школе группы  
(6-7 лет)  
«Если хочешь быть здоровым»  
Модуль программы «Разговор о здоровье и правильном питании»**

Выполнила: Малеева Екатерина Николаевна, воспитатель

## Конспект образовательной деятельности «Если хочешь быть здоровым»

**Актуальность:** В современном мире очень остро стоит вопрос здоровья человека вообще и детей в частности. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Если учесть, что это период является основополагающим в становлении личности человека, то становится очевидной актуальность формирования у дошкольников, хотя бы элементарных представлений о здоровом образе жизни. Движение – это базовая потребность малышей и потому, физические нагрузки нужны с самого раннего возраста. Подвижные игры, утренняя гимнастика укрепляют здоровье детей, а так же развивают детскую волю и познавательные способности.

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

**Цель:** формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

### **Задачи:**

- вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье;
- расширять представления детей о микробах, бактериях, вирусах и способах защиты организма от них;
- прививать детям потребность быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;
- развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь.

### **Методы и приемы:**

- наглядные: использование дидактических игр;
- словесные: беседа, эмоциональный настрой на работу, проговаривание физминуток, загадки, стихи;
- практические: опыт, коллективная аппликация «Если хочешь быть здоровым»

**Материалы и оборудование:** дидактические игры, картинки с полезными и вредными продуктами, зубной щёткой и пастой, картинки с микробами и где их можем мы найти, клей на каждого ребенка, картинки о здоровом образе жизни, плакат для коллективной аппликации, гуашь и мыло для опыта, Интерактивная панель LMP6501ELRU 3840x2160 .

<i>Детская деятельность</i>	<i>Формы и методы организации совместной деятельности</i>
<i>Двигательная</i>	Физминутка
<i>Игровая</i>	Игровые ситуации, игры с правилами ( дидактические).
<i>Познавательно-исследовательская</i>	Решение проблемных ситуаций, опыты.
<i>Коммуникативная</i>	Беседы, речевые ситуации, отгадывание загадок, словесные игры, вопросы.
<i>Восприятие художественной литературы и фольклора</i>	Рассказывание стихотворения.
<i>Изобразительная</i>	Аппликация.

## Логика образовательной деятельности

Этапы деятельности	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников	Ожидаемые результаты
<p><i>Мотивация. (организационный момент)</i></p>	<p>Воспитатель читает стихотворение о здоровье:            Чтоб здоровье сохранить,            Организм свой укрепить,            Знает вся моя семья            Должен быть режим у дня.            Следует, ребята, знать            Нужно всем подольше спать. Ну а утром не лениться —            На зарядку становиться!            Чистить зубы,            умываться,            И почаще улыбаться,            Закаляться, и тогда            Не страшна тебе хандра.            У здоровья есть враги,            С ними дружбы не води!            Среди них тихоня лень,            С ней борись ты каждый день.            Чтобы ни один микроб            Не попал случайно в рот,            Руки мыть перед едой            Нужно мылом и водой.            Вот те добрые советы,            В них и спрятаны секреты,            Как здоровье сохранить.            Научись его ценить!</p>	<p>Внимательно слушают.</p>	<p>Создан положительный эмоциональный настрой, привлечено внимание детей.</p>
<p><i>Проблемная ситуация.</i></p>	<p>Организует проблемную ситуацию: <i>Что нужно знать, чтобы быть здоровым?</i> По необходимости задает наводящие вопросы.</p>	<p>Высказывают предположения, рассуждают и приходят к выводу, что главные вещи для здоровья – это режим дня, правильное питание, свежий воздух, закалка и физкультура.</p>	<p>Привлечено внимание детей. Сформировано умение подумать и ответить на поставленный вопрос.</p>
<p><i>Дидактическая игра «Режим дня»</i></p>	<p>Загадывает загадку:            Я повсюду, где бываю,            Всё на свете успеваю,            Потому что у меня            Строгий... (распорядок дня).</p>	<p>Дети отгадывают загадку и рассуждая, приходят к выводу, что соблюдение режима дня – это важный шаг к укреплению здоровья; режим дня – это когда человек в одно и то же время выполняет определенные дела: встает, играет, трудится,</p>	<p>Закреплено знание детей о режиме дня и его пользе для здоровья.</p>

	Воспитатель организует игру «Режим дня», в которой карточки нужно класть на стол относительно друг друга так, чтобы в итоге получилась правильная последовательность действий в режиме дня.	принимает пищу отдыхает, учится. Дети друг за другом при помощи карточек составляют последовательность дел в соответствии с режимом дня, комментируя по ходу свои действия.	
<i>Проблемная ситуация.</i>	Организует проблемную ситуацию: <i>Какая еда здоровая и помогает нашему организму, а какая вредная и может его разрушить?</i>	Высказывают предположения, рассуждают и приходят к выводу, что полезная еда – это овощи и фрукты, яйца, молоко, рыба, мясо - где много витаминов, а вредная где нет полезных веществ.	Сформировано умение подумать и ответить на поставленный вопрос.
<i>Игровая ситуация.</i>	Организует игру «Хорошо-плохо». Дети делятся на 2 команды, выбирают из разрезных картинок по очереди продукты и называют хорошие качества продукта и его плохие качества.	Дети делятся на две команды, выбирают картинку, обсуждают пользу и вред продукта, и представитель от команды дает ответ. В результате приходят к выводу, что полезных качествах продукта.	Закреплено знания о полезной и вредной еде
<i>Беседа: «Спорт-это здоровье»</i>	<i>Загадывает загадку:</i> Чтобы не был хилым, вялым, Не лежал под одеялом, Не хворал и был в порядке, Делай каждый день... <i>(Зарядку)</i> Болеть мне некогда друзья, В футбол, хоккей играю я. И я собою очень горд, Что дарит мне здоровье... <i>(Спорт)</i> <i>Задаёт вопросы:</i> -Ребята, мы ежедневно слышим знакомые слова «физкультура», «спорт». Как вы думаете, в чем отличие этих двух понятий? -Как вы думаете, люди занимающиеся физкультурой	Дети отгадывают загадку и предлагают свои варианты ответов.  Физкультурой может заниматься каждый, а спортом нет. Объясняет, что физкультурой может заниматься и маленький, и пожилой. Спортом же	Закреплено знания о пользе физкультуры, спорта и зарядки для здорового образа жизни.

	<p>отличаются от тех, кто ее не любит?  - Какими бывают дети, которые не любят физкультуру, зарядку?</p>	<p>занимаются, самые сильные, крепкие, здоровые люди. Физкультурой занимаются все люди, стремящие к укреплению и сохранению своего здоровья через здоровый образ жизни. Каждое утро делать зарядку, выполнять физические упражнения не только в спортивном зале, но и на прогулке, в выходные дни дома. Делают вывод, что дети, которые не любят физкультуру грустные, слабые, часто болеют.</p>	
<i>Физкульт.минутка</i>	<p><i>Предлагает побыть в роли спортсменов и сделать зарядку:</i>  Мы на плечи руки ставим  Начинаем их вращать,  Так осанку мы исправим  Раз, два, три, четыре, пять.  Руки ставим перед грудью  В стороны разводим  Мы зарядку делать будем  При любой погоде.  Руку правую поднимем,  А другую вниз опустим,  Мы меняем их местами  Плавно двигаем руками.  А теперь давайте вместе  Пошагаем все на месте!</p>	<p>Под музыкальное сопровождение и выполняют движения по смыслу.</p>	
<i>Дидактическая игра «Знаток гигиены»</i>	<p><i>Организует игру на планшете: из предложенных предметов на экране дети выбирают ответы на загадки и рассказать зачем нам нужны эти предметы? Помогут ли они здоровью</i>  1)Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (мыло)  2)Мягкое, пушистое, беленькое, чистое.  В душ его возьму с собой</p>	<p>Дети на планшете выбирают ответы на загадки. Высказывают предположения, зачем это нужно для здоровья.</p>	<p>Закреплено знание детей о предметах личной гигиены и их пользе для здоровья.</p>

	<p>Буду чистый и сухой. (полотенце) 3) Как ты выглядишь красиво! Симпатично, очень мило, Аккуратная причёска, помогла тебе... (расческа) 4)Костяная спинка, жесткая щетинка, с мятной пастой дружит, нам усердно служит. (зубная щетка) 5)Живёт она в красочном тюбике в ванной, а дружит с зубами и щёткой в стакане (зубная паста)</p>		
<p>Опыт как попадают микробы на руки</p>	<p>Организует с детьми опыт</p> <p><i>ситуации защиты от микробов</i> и делает вывод, который дети должны хорошо усвоить: не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета.</p>	<p>Опыт 1: показать, как передаются микробы от человека к человеку. (Перед проведением опыта взрослый наносит себе на ладонь тени с блёстками). Воспитатель здоровается с детьми за руку, при этом плотно сжимает ладошку каждого ребенка. После этого воспитатель «неожиданно» обнаруживает, что его ладонь грязная и просит детей посмотреть на свои ладошки. Дети видят на них следы блёсток. Совместно с детьми сделать вывод о том, как точно так же при контакте с другим человеком (или с предметом) передаются невидимые микробы. Воспитатель: Ребята, а давайте мы с вами посмотрим, как микробы боятся мыла. Опыт 2: показать, что микробы боятся мыла. Воспитатель предлагает детям пройти к раковинам и тщательно вымыть руки с мылом (дети моют руки с мылом).</p>	<p>Закреплено знания о микробах и правилах личной гигиены.</p>

		<p>Воспитатель: Ребята, а теперь проверьте, остались ли блёстки - «микробы» на ладошках? (ответы детей). Если остались, то меньше их стало или нет? (Тех ребят, у кого «микробы» остались, попросить снова тщательно вымыть руки).</p>	
<i>Рефлексия</i>	<p>Предлагает выбрать из предложенных картинок, что нужно для того чтобы быть здоровым и сделать аппликацию.</p>	<p>Дети выбирают картинки и делают коллективную аппликацию «Если хочешь быть здоровым».</p>	<p>Сформировано умение работать сообща и систематизировано знания и том, что нужно для здоровья.</p>