

Конспект НОД «Если хочешь быть здоров!»

Задачи:

Образовательные задачи:

- Уточнить представление детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур закаливание, занятия спортом утренней гимнастике, о необходимости пребывания на свежем воздухе.
- Закрепить знания о важности питания мозга и сердца.

Развивающие задачи:

- Развивать умение работать с алгоритмами.
- Развивать мыслительные процессы обобщения и анализа.
- Развивать способность описывать картинку.
- Развивать способность понятно для слушателей отвечать на вопросы.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, к использованию оздоровительных приёмов.
- Закрепить знания пословиц о здоровье.
- Воспитывать соревновательный дух.

Интеграция образовательных областей: социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, физическое развитие, художественно – эстетическое.

Предварительная работа.

1. Разучивания ритмической гимнастики Н.А.Фоминой «Летучий корабль»
2. Чтение М.Вайковская «как мальчики здоровье укрепляют
3. Беседы по программе «Детство» о здоровом образе жизни
4. Настольно-печатные игры «Валеология» (зубы, зрение, слух, кожа, питание, сон)
5. Заучивание пословиц о здоровье
6. Разгадывание кроссвордов

Материал: картинки с видами закаливания, здоровом образе жизни,

Алгоритмы: мытьё рук, чистка зубов,

Картинки: виды спорта

Карточки с цифрами 1-12 медальки, призы

Ход:

Вос-ль: Сегодня мы проводим викторину и узнаем, кто из вас хочет быть здоровым. Викторина будет проходить в виде соревнования команд. За каждое задание команда получить баллы (фишки) в конце подведем итог.

Первая команда называется «Здоровейки»

Вторая команда называется «Ловкачи»

Начинает та команда, капитан которой угадает, где находится фишка (в правой или левой руке воспитателя).

И так первое задание разминка «Закончи предложение».

Вы должны закончить предложение «Я здоровый человек, потому что...»

Дети: У меня нет температуры, насморка, розовые щёчки, улыбаюсь, хорошее настроение, сияют глазки и т.д.

Каждый ответивший полным ответом ребёнок - получает фишку.

Вос-ль: Второе задание конкурс капитанов «Выбери нужные картинки.

Капитан «Здоровейки» выбирает «виды закаливания»; капитан команды «Ловкачи» выбирают картинки «Как укрепить здоровье».

Объясните, почему выбрали эти картинки. Вот вам фишки за правильно выполненное задание.

Вос-ль: Третий конкурс «Что это значит», объясните пословицу «Чистота-залог здоровья».

Дети: Чистая улица, тело, двор, игрушки и т.д. (каждый ответивший получает фишку)

Вос- ль: Четвертый конкурс «Выложить алгоритм»

Команде «Здоровейки»- мытьё рук

Команде «Ловкачи»- чистка зубов (дети объясняют алгоритмы)

Вос –ль: Давайте сейчас вместе посчитаем, сколько фишек имеет каждая команда, результат запишем на доске и немножко отдохнём:

«Если мы чуть – чуть устанем,
Мы на две минуты встанем.
Мы потянемся сначала
Повернёмся влево – вправо,
Мы наклонимся разок
И достанем свой носок.
1 и 2 прими вниз,
3, 4 – поднимись.
А теперь шагаем вместе
На одном и том же месте.

Вос – ль: Пятый конкурс нашей викторины «Объяснялки»

Капитаны команд приготовили вопросы и зададут их противоположной команде. Капитан команды «Ловкачи» ваш вопрос.

Капитан: «Для чего надо делать утреннюю гимнастику?»

Дети: Утреннюю гимнастику надо делать, чтобы проснуться, взбодриться, чтобы проснулись мышцы, тело, голова...»

Вос – ль: Второй ваш вопрос команде «Здоровейки».

Капитан: «Для чего надо гулять на свежем воздухе?»

Дети: Гулять надо для того, чтобы получать кислород, легче дышалось...»

Вос –ль: Капитан команды «Здоровейки», задайте ваши вопросы.

Капитан: «Для чего надо заниматься спортом?»

Дети: Заниматься спортом надо для того, чтобы быть сильными, ловкими, смелыми, увёртливыми...»

Второй вопрос: Для чего надо иметь правильную осанку?»

Дети: Правильную осанку надо иметь, чтобы была красивая фигура, здоровая спина, красивая походка...»

За ответы команды получают фишки.

Вос – ль: Шестой конкурс называется «Дай правильный ответ»

Вопросы команде «Здоровейки»:

1. Орган зрения – это...(глаза)
2. Орган обоняния – это...(нос)
3. Орган мысли – это...(мозг)

Вопросы команде «Ловкачи»:

1. Орган слуха – это...(уши)
2. Орган речи – это...(язык)
3. Орган кровообращения – это...(сердце, сосуды)

За правильные ответы команды получают фишки.

Вос – ль: Для работы мозга и сердца надо есть полезные продукты. Команда «Здоровейки» выбирают картинки для работы мозга. Команда «Ловкачи» выбирают картинки для работы сердца. (дети выкладывают на столах фишки командам)

А сейчас мы отдохнём и увидим, как у вас работают органы слуха, зрения, дыхания.

Физминутка по Фоминой «Летучий корабль» под музыку.

Вос – ль: Восьмое наше задание – разгадывание кроссворда «Виды спорта».

Вам помогут разгадать кроссворд картинки, капитаны рассмотрите вместе с командой и вспомните названия, запишите. (Дети сами пишут)

Команда «Здоровейки» прочитайте названия видов спорта: баскетбол, бокс, хоккей, футбол.

Команда «Ловкачи» прочитайте вы свои виды спорта: велоспорт, волейбол, коньки, лыжи. (команды получают фишки).

Вос –ль: Девятый конкурс называется «Кто больше назовёт пословиц о здоровье?» (каждый получает фишку)

Игра «Ну – кА, цифры, встаньте в ряд».

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Б у д ь з д о р о в !

Чтение стихотворений капитанами:

1. Тот, кто делает зарядку,
Кто на лыжах и коньках
Мчит зимою без оглядки,
Кто не знает слово «Страх»
2. Только тот растёт здоровым,
Сильным, крепким, как алмаз,
Только тот в костюме новом
Дверь откроет в первый класс!

Подсчитываем фишки, награждение победителей (дети дарят друг другу поделки и медальки).

Использованная литература: программа «Детство»

Н.А.Фомина «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика;
издательство «Кристалл» «Кроссворды для детей»

И.Видковская «О том, как мальчуган здоровье укреплял»