

МБДОУ Детский сад №11 «Сказка» г. Дюртюли

Конспект открытой организованной образовательной деятельности

по валеологии с использованием
здравьесберегающих технологий и

с применением ИКТ на тему: «Путешествие
в Страну Здоровья»

в средней группе



Провела: воспитатель Ханова Г.Я

2016-2017 г.г.

ОО «Познавательное развитие» (валеология)

Цель:

Систематизировать представления детей о здоровом образе жизни.

Задачи:

Закреплять знания детей о предметах личной гигиены: расчёска, мыло, полотенце, зубная щётка, носовой платок и навыках их использования.

Продолжать формировать представления о правилах личной гигиены, как о ценности здоровья, систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур. Довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур, режима дня, занятий физкультурой, соблюдения чистоты в доме. Продолжать формировать представления о правильном питании, его влиянии на наше здоровье.

Воспитывать желание выглядеть чистым и опрятным.

Развивать координацию движений, память, мышление, мелкую моторику, речь.

Совершенствовать навыки пальчиковых игр, дидактических игр, игр на внимание.

Оборудование:

Кинопроектор, ноутбук, магнитофон, подносы с разрезными картинками на тему: «Уборка» на каждого ребёнка.

Предварительная работа:

Просмотр м/ф «Мойдодыр», чтение сказок К.И.Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе», чтение стихов и загадывание загадок о здоровье, о предметах личной гигиены, об овощах и фруктах, д/и, с/р, п/и физминутки, пальчиковая гимнастика по валеологии.

Звучит спокойная музыка

(1 Слайд - Солнце)

-Поздоровайтесь, ребята, с нашими гостями. А знаете, вы ведь, не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуйте! Здоровья желаю! Русская народная поговорка говорит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь».

Доброе утро! Улыбнитесь скорее!
Сегодня наш денек пройдет веселее
Мы погладим нос, и щечки.
Будем мы красивыми, как в саду цветочки.
Разотрем ладошки сильнее, сильнее!
А теперь похлопаем смелее, смелее!
Ушки мы теперь потрем
И здоровье сбережем!

Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. А вы знаете, что такое здоровье? (Ответы детей).

Правильно, здоровье - это счастье, хорошее настроение, улыбки и смех.

Вы хотите быть здоровыми? Тогда предлагаю вам отправиться в путешествие в Страну Здоровья. А чтобы туда попасть, нужно сказать волшебные слова:

«Я здоровье сберегу,
Сам себе я помогу!»

(2 Слайд - Страна Здоровья)

Вот мы и оказались в Стране Здоровья.

(3 Слайд Королева здоровья - Гигиена)

-Ой, ребята, посмотрите, а нас встречает Королева здоровья - Гигиена. Ребята, а что такое гигиена?

-Правильно, гигиена — это когда человек соблюдает чистоту тела, аккуратно и бережно относится к вещам, соблюдает порядок в комнате, она нас защищает и оберегает.

(4 Слайд - Грязнуля и Чистюля)

- Посмотрите, ребята, на первого мальчика, какой он? И на второго мальчика- какой он?

Когда кожа человека чистая - значит на ней нет микробов, а на грязной коже микробов очень много.

(5 Слайд – дети умываются)

- Не только люди соблюдают правила гигиены – животные тоже следят за чистотой своего тела и обучают этому своих детей.

(6 Слайд - Животные умываются.)

Чтение стих: Рано утром на рассвете

Умываются мышата,
И котята, и утятта,
И жучки, и паучки.

- И мы с вами умоемся:

Самомассаж

Лобик мыли? Щечки мыли?
Ушки мыли? Ручки мыли?
Все помыли? Чистые теперь!
Открыта к здоровью дверь!

(7 Слайд Королева здоровья - Гигиена)

- Ребята, Королева Гигиена подготовила для вас загадки.

(после каждой отгаданной загадки открывается слайд)

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я белой пеной пенится, руки мыть не ленится (*мыло*).

(8 Слайд - мыло)

2. Пластмассовая спинка, жёсткая щетинка с зубной пастой дружит, нам усердно служит (*зубная щётка*.)

(9 Слайд - зубная щётка)

3. Вытираю, я стараюсь, после ванны ребятню, всё намокло, всё измялось – нет сухого уголка (*полотенце*)

(10 Слайд - полотенце)

4. Частая, зубастая – берегись, голова вихрастая! (*расчёска*)

(11 Слайд - расчёска)

5. Лёг в карман и караулит рёву, плаксу и грязнулю, им утрёт потоки слёз, не забудет и про нос (*носовой платок*)

(12 Слайд - носовой платок)

6. Чтобы волосы блестели и красивый вид имели, чтоб сверкали чистотой, мною их скорей помой (*шампунь*)

(13 Слайд - шампунь)

Д/и «Для чего нужен этот предмет?» (с мячом)

(14 Слайд - Солнце)

-Молодцы, ребята, а теперь предлагаю вам отдохнуть.

Дыхательная гимнастика:

Раз, два, три, четыре, пять!

Все умеем мы считать.

Отдыхать умеем тоже-

Руки за спину положим,

Голову поднимем выше

И легко-легко подышим.

(Глубокий вдох, через нос, руки медленно поднять, ладони свести вместе.

Подняться на носки, подтянуться вверх, задержав дыхание. Медленный

глубокий вдох со звуком ААААА, руки в такт выдоху опускаются вниз)

- Молодцы. Отправляемся дальше в путь.

Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь,

Все упражненья по порядку

Поможет вырасти ... зарядка

(15 Слайд - зарядка)

- После утренней зарядки повышается иммунитет, настроение, появляется аппетит.

Мы с вами тоже сделаем зарядку.

Физминутка

Живут мальчики – весёлые пальчики

Озорные ножки ходят по дорожке.

Шея крутит головою,

Повторяйте все за мною.

Вправо, влево оборотик

Покажите мне животик.

Наше тело подтянулось

И вперёд слегка нагнулось.

Как берёзонька стройна

Стала ровною спина.

А теперь все подтянулись

И друг другу улыбнулись.

-Молодцы, ребята, отправляемся дальше в путь.

(16 Слайд - Дом Лесовичка)

- И вот мы попадаем в «Дом Лесовичка».

(17 Слайд - беспорядок в доме)

Посмотрите ребята, какая грязь вокруг - здесь наверно побывала Грязнульда:
везде беспорядок - немытая посуда, вокруг пыль, мухи. Ребята, что нужно
сделать для того, чтобы этот дом снова засверкал красотой?

(ответы детей)

- Правильно, убрать здесь всё. Нужно сразу после еды вымыть и убрать
посуду, смеши со стола крошки, вынести мусорное ведро.

- Ребята, к приходу Лесовичка нам нужно навести порядок в его доме.

Подойдите к столам – на них разрезные картинки. Вам нужно
собрать их, чтобы получились целые картинки.

(Работа за столами с разрезными картинками на тему: «Уборка»)

После того как соберут картинки:

(18 Слайд - Уборка)

-Вот вы и навели порядок, посмотрите, как стало чисто.

(19 Слайд – порядок в доме)

(20 Слайд Лесовичок)

- Молодцы, Лесовичок благодарит вас за помощь.

- Перед нами ещё один домик

(21 Слайд - дом).

Этот дом называется «Правильное питание».

(22 Слайд - Повар).

- Мы в гостях у Повара.

- Всегда ли еда может быть вкусной и полезной?

Дети: Не все продукты полезны для нашего организма.

- Какие полезные продукты знаете вы? Зачем они нужны для организма?

(ответы детей)

- Полезные продукты (*овощи, фрукты, каши, мясо и др.*) снабжают организм энергией, чтобы можно было двигаться и играть, заниматься, помогают организму расти, питают его витаминами. Витамины – такие вещества, которые нужны нашему организму, чтобы быть здоровыми, если их в пище мало человек болеет, становится вялым, грустным, слабым.

Д/и «Полезная и вредная еда»

Чтоб здоровым оставаться, нужно правильно питаться.

(23 Слайд Королева здоровья - Гигиена)

-Вот и закончилось наше увлекательное путешествие в Страну Здоровья.

Скажите, что вам понравилось? (ответы детей)

-Королева здоровья – Гигиена угождает вас мандаринами и желает вам расти крепкими и здоровыми.

-Ребята, нам пора возвращаться обратно в д/с. Вокруг себя обернись - в детском саду окажись.

(24 Слайд - Солнце)