

Методическая разработка образовательной деятельности по теме:  
«Цветок здоровья»»

**Возраст воспитанников:** старший дошкольный.

**Виды деятельности:** коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая.

**Образовательные области:** социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие.

В ходе образовательной деятельности применяются активные формы обучения, дидактические игры, компьютерные технологии.

**Материалы и оборудование:** использование мультимедийного оборудования, презентация «Цветок здоровья», пространственная среда группового помещения.

**Цель:** формирование элементарных представлений здоровом образе жизни

**Задачи:**

способствовать развитию самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;

создавать условия для формирования познавательных действий, становления сознания;

развивать мыслительные операции анализа, способность выстраивать причинно-следственные связи;

актуализировать (при необходимости формировать) знания детей о правилах здорового образа жизни;

создать условия для формирования способности к принятию собственных, осознанных решений на основе первичных представлений об объектах и явлениях окружающего мира.

### Ход образовательной деятельности

#### 1 этап: формирование у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
Воспитатель: Ребята к нам сегодня пришли гости! Поздороваемся с ними! Ребята, а вы знаете, что обозначает слово «здравствуй»? (ответы детей).	Если дети не отвечают, то воспитатель: Когда мы его произносим, то не только приветствуем человека, но и желаем ему здоровья.
Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Что значит быть здоровым? (ответы детей). Почему здоровье так важно для человека? (ответы детей).	Если дети отвечают, то воспитатель: - Отлично! Все знают! Если дети не отвечают, то воспитатель: - Когда человек здоров, то он хорошо себя чувствует, у него ничего не болит, он может заниматься интересными делами.

## 2 этап: планирование детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/ примечание
<p>Ребята, а вы хотите узнать, что еще нужно делать, чтобы быть здоровым? Где мы можем это узнать?</p>	<p>Мы можем это узнать? Где? Что для этого можно сделать? Если дети не проявляют инициативы: Может быть, поискать в интернете?</p>
<p>Ребята, кто умеет пользоваться поиском в интернете? Кто может напечатать вопрос?</p>	<p>Если дети не могут. Воспитатель предлагает свою помощь. Может быть, я напишу?</p>
<p>Что будем писать? Что хотим узнать?</p>	<p>Отлично! Так и напишу! Если дети не проявляют инициативы: Спросим, что нужно делать, чтобы быть здоровым?</p>
<p>Друзья, вот мы и нашли информацию. Кто может прочитать, как она называется? Здесь игра «Цветок здоровья». Поиграем?</p> <p>Как нам расположиться, чтобы всем было видно?</p>	<p>Если дети не могут читать, то воспитатель предлагает: «Может быть, я прочту, что здесь написано?»</p> <p>Отличная идея! Располагаем стулья в соответствии с инициативой детей.</p>
<p>На экране веселый цветок с разноцветными лепестками. Ребята, наше здоровье можно сравнить с цветочком, у которого много лепестков, каждый лепесток это правило - которое нужно выполнять. Эти правила важно знать!</p>	

## 3 этап: реализация детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/ примечание
<p>Воспитатель: В каждом лепестке частичка здоровья. Подул сильный ветер, и лепестки исчезли (на экране цветок без лепестков). Воспитатель: Ой, ребята, что случилось с нашим цветочком? Цветок. Я не выполнял главные правила здоровья, и на меня напала простуда. Она отобрала у меня все лепестки и к каждому приставила своих верных стражников – микробов! (КАРТИНКИ) Ребята, помогите мне, пожалуйста, освободиться от злой простуды!</p>	

<p>Какие будут предложения?</p>	<p>Мне очень приятно было узнать ваше мнение, ребята!</p>
<p>В. Нас с вами ждут очень трудные задания. Если мы их выполним, то уничтожим этих микробов и вернем цветочку лепестки. С чего начнем? <i>На столе расположены карточки с цифрами. Дети выбирают номер задания.</i></p>	<p>Если дети не проявляют инициативы, то воспитатель предлагает взять конверт №1</p>
<p>1. Чтобы быть здоровым, нужно быть сильным! Что делать, чтобы появилась сила?</p> <p>Покажите сколько силы в ваших руках. Чтобы силы стало еще больше, что мы можем сделать?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пройти дорожку препятствий;</li> <li>- сделать заряду.</li> </ul> <p><i>Сделаем разминку, держим ровно спинку! Голову назад, вперед, вправо, влево поворот! Руки вверх поднять прямые – Вот высокие какие! Еще выше потянитесь, Вправо, влево наклонитесь. Дальше будем приседать: Дружно сесть и дружно встать! Прыгать нам совсем не лень – Словно мячик целый день.</i></p> <p>Воспитатель: Посмотрите, сколько сил стало в ваших руках! Сразу видно – силушка прибавилась!</p> <p>В. Как вы думаете, как называется это правило здоровья? (занятие спортом) Как называется человек, который занимается спортом? (спортсмен). Какими качествами обладают спортсмены? (сильные, выносливые, ловкие, гибкие). <i>Игра «Виды спорта»</i></p>	<p>На высказывания детей воспитатель реагирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Какой ты внимательный (наблюдательный)!</li> <li>– Мне очень приятно было узнать ваше мнение, ребята!</li> <li>– Интересный вариант!</li> <li>– Кто еще как думает?</li> <li>– Точно!</li> <li>– Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!</li> <li>– Хорошая идея!</li> <li>– Молодец, знаешь так много;</li> <li>– интересное мнение!</li> <li>– согласна, может быть и так!</li> </ul> <p>Правильно! Молодцы, ребята.</p>

<p><i>Перед детьми схемы, в которых зашифрованы виды спорта и картинки с изображением вида спорта. Детям предлагается расшифровать схему и найти соответствующую картинку с видом спорта.</i></p> <p>В. Молодцы, все виды спорта разгадали! Очень важен спорт для всех, он здоровье и успех. Помните об этом ребята.</p> <p>В. Смотрите, одного микроба мы победили!</p>	<p>На высказывания детей воспитатель реагирует:</p> <p>— Какой ты внимательный (наблюдательный)!</p> <p>— Интересный вариант!</p> <p>— Кто еще как думает?</p> <p>— Точно!</p> <p>— Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!</p> <p>— Хорошая идея!</p> <p>— Молодец, знаешь так много;</p> <p>— интересное мнение!</p> <p>— согласна, может быть и так!</p>
<p>3. Послушайте пословицу: «Хочешь – не хочешь, а есть надо».</p> <p>Как вы понимаете эту пословицу?</p> <p>Посмотрите, как много на столе продуктов. Все ли они полезны?</p> <p>попробуйте распределите, какие продукты полезные, а какие вредные.</p> <p><b>Игра «Светофор».</b> Ребята, как вы считаете, рядом с каким цветом разместим полезные продукты? А вредные?</p> <p><i>Перед детьми полезные (рыба, хлеб, молоко, сыр, курица, лук, яблоко, морковь) и вредные (чипсы, жвачка, сок, газировка, пирожное, чупа – чупс, кириешки, попкорн (хот – дог) продукты питания. Дети берут продукты и размещают под соответствующим светофором.</i></p> <p>Кто догадался, как звучит следующее правило здоровья? (правильное питание)</p> <p>Чего много в продуктах, которые мы разместили под зеленым светофором? (ответ: в этих продуктах много витаминов).</p> <p>В. А для чего нам нужны витамины? (ответ: витамины нам нужны для укрепления иммунитета, для крепкого скелета, для правильной работы внутренних органов...).</p> <p>В. А чтобы у нас постоянно на столе были витамины, посадим «витаминный огород».</p> <p>У вас у каждого есть грядка, на которой вы будете сажать растения.</p> <p>В. Для крепкого здоровья нам нужны только <b>полезные продукты</b>. Вот и еще одного микроба мы победили!</p>	<p>Какая у тебя идея?</p> <p>Где ты расположишь это?</p> <p>Необычно! Оригинально! Как забавно! Вот это находка!</p> <p>Супер!</p> <p>Мне очень нравится!</p> <p>Если дети не проявляют инициативы. Правильное питание.</p> <p>— Интересный вариант!</p> <p>— Кто еще как думает?</p> <p>— Точно!</p> <p>— Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!</p> <p>— Я уверена, у вас получится!</p> <p>— Хорошая идея!</p> <p>— Молодец, знаешь так много;</p> <p>— интересное мнение!</p> <p>— согласна, может быть и так!</p>

<p>4. Чтобы выполнить следующее задание, нужно провести эксперимент. Посмотрим, какие материалы у нас для этого есть. (Тазы с водой, пустые маленькие пластиковые бутылочки) Воспитатель: Так, вода и бутылочки. А что в них? Дети: Ничего нет. Воспитатель: Сейчас мы увидим. Один, два, три, невидимка, из бутылочки беги. (Опускает бутылочку в воду и нажимает на нее, из бутылочки бегут пузырьки). Воспитатель: Что за невидимка сидел в бутылке? Дети: Это воздух. Воспитатель: Правильно, для нашего здоровья необходим ... <b>чистый воздух.</b> Предлагаю выполнить с вами дыхательную гимнастику (выполняем упражнения на дыхание). Кто за? Дыхательная гимнастика «Дыхание» Подыши одной ноздрей, И придет к тебе покой. <i>И.п. – о.с.</i> <i>1 – правую ноздрю закрыть указательным пальцем пр. руки, левой ноздрей делать тихий, продолжительный вдох;</i> <i>2 – как только вдох окончен, открыть пр. ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем лев. руки. Через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх</i> Воспитатель: Так как же называется следующий лепесток здоровья? Дети: Воздух.</p>	<p>Интересный вариант! Кто еще как думает? Точно! Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!</p> <p>Если дети не проявляют желания. Я хочу быть здоровой и сейчас начну выполнять дыхательную гимнастику, кто захочет, присоединяйтесь.</p> <p>—Точно! — Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!</p>
<p>5. Часы. Воспитатель: Дети, как вы думаете, зачем нам нужны часы? Ответы детей. Воспитатель: Дети, как вы думаете, что такое режим дня? Ответы детей. Воспитатель: Дети, <b>режим дня</b> – это когда</p>	<p>—Интересный вариант! —Кто еще как думает? —Точно! — Мне очень интересно было узнать ваше мнение, ребята!</p> <p>Если дети не отвечают.</p>

<p>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. Режим – это когда все твои дела распределены, четко по времени в течение дня.</p> <p>Воспитатель: А теперь я хочу предложить вам поиграть в игру «Разложи по порядку», для этого предлагаю вам разделиться на две команды. Как разделимся?  <i>Каждому участнику команды раздаются картинки с режимом дня, задача команды разложить картинки в правильной последовательности.</i>  <i>После чего идет взаимопроверка детей.</i></p>	<p>Воспитатель: Да, вы правы, часы нам нужны для того, чтобы ориентироваться во времени, знать, когда надо проснуться, чтобы не опоздать в детский сад на утреннюю гимнастику, чтобы знать, когда наступит обед, время прогулки и сна.</p> <p>Интересный вариант!  Если дети молчат, то воспитатель предлагает выбрать кружочки и разделиться по их цвету.</p>
<p>6. Воспитатель: Посмотрим, что делают дети и взрослые нашего детского сада, чтобы быть здоровыми?  ФОТО и обсуждение.  - чем занимаются дети, взрослые на <b>фотографиях? (НАШИ ФОТО)</b>  Ответы детей.  Воспитатель: Правильно <b>закаляются</b>. Как вы думаете, для чего люди закаляются?  Ответы детей.  Воспитатель: А как мы с вами закаляемся?  <i>Дети: Летом принимаем солнечные ванны, моем ноги прохладной водой, воздушные ванны, ходим на прогулки.</i>  Воспитатель: Правильно, следующий лучик нашего здоровья?  Дети: Закаливание</p>	
<p>7. <b>Микробы</b> очень коварные, летая в воздухе, могут попасть в организм человека. И человек может заболеть. Особенно опасно, когда больной человек кашляет или чихает. Ребята, как вы думаете, что нужно делать, чтобы не заразиться?  А что нужно делать, чтобы не заразить других, если уже заболел?</p> <p>Что необходимо делать, когда мы кашляем или чихаем? (ответ: прикрывать рот и нос носовым платком, чтобы не заразить других, пользоваться маской).</p>	<p>— Необычно! Оригинально! Как забавно! Вот это находка!  — Супер!  — Мне очень нравится!  — Хорошая идея!  — молодец, знаешь так много;</p>

<p>Смотрите, у меня в бутылочке вода, а в крышке маленькие дырочки. Когда я нажимаю на бутылку – капельки воды разбрызгиваются и летят в разные стороны. (брызгает на детей)</p> <p>Точно так же микробы попадают на окружающих людей, на предметы, если человек кашляет или чихает.</p> <p>Ребята, какие будут предложения, как защитить себя от микробов?</p> <p>Попробуйте накрыть руки салфеткой.</p> <p>Воспитатель снова брызгает. Попала вода на руки? Вот точно так же платочек и маска не позволяют микробам далеко разлетаться.</p>	<p>Интересное мнение!</p> <p>Согласна, может быть и так!</p> <p>Сейчас узнаем, как помогают платочки и маски.</p>
<p>В. Смотрите, ребята, как цветочек улыбается! Мы помогли ему освободить все лепестки, справились с грозными микробами и теперь простуда ему не страшна!</p>	

#### 4 этап: проведение детской рефлексии по итогам деятельности

<p>Содержание</p>	<p>Обратная связь на высказывание детей/ примечание</p>
<p>Немного разомнемся? Воспитатель потягивается, делает наклоны и т.д.</p>	<p>Ой, как хорошо! А то засиделись мы!</p>
<p>Ну что, ребята, как вам игра?</p>	<p>Мне тоже было очень интересно!</p>
<p>Ребята, сейчас я хочу спросить у вас: что нового вы сегодня узнали?</p> <p>А что было трудного?</p> <p>Как мы справились?</p> <p>А что было самое смешное?</p>	<p>Спасибо за твое мнение! Ты прав, было непросто! Очень смешно, согласна!</p>
<p>Кто считает, что мы здорово провели время, давайте свои «пятерочки»!!!</p>	<p>Ура! Я очень рада!</p>