

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа пос. Прогресс муниципального района
Хворостянский Самарской области структурное подразделение

Примерный-план конспект НОД
для детей средней группы
«Будь здоров»

Выполнила: Воспитатель

Ерканалиева Улганым Амангильдиевна

СП ГБОУ СОШ п.Прогресс

м.р Хворостянский Самарской области

2015 г.

Интеграция образовательных областей: «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Физическая культура».

Вид деятельности: игровая, коммуникативная, познавательная

Задачи:

- Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем. Закрепить знания о значении витаминов для здоровья человека.
- Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. («Речевое развитие»)
- Развивать познавательный интерес, мыслительную активность. («Познавательное развитие»)
- Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих; воспитывать желание вести здоровый образ жизни. («Физическая культура»)

Материал и оборудование: фрукты (яблоко, банан, киви, мандарин,) тарелки, палочки для шашлыка, бумажные салфетки, презентация, мультимедиапроектор, экран.

Методы и приемы: практические: дидактическая игра;

наглядные: сюрпризный момент, презентация;

словесные: вопросы, объяснения, беседа.

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Двигательная	Двигательные паузы, игровые упражнения
Познавательно-исследовательская	Решение проблемных ситуаций
Коммуникативная	Беседы, вопросы
Восприятие (худож. литер. и фольклора)	Рассказывание
Элементарный бытовой труд	Совместные (коллективные действия)

Логика образовательной деятельности.

№	Деятельность воспитателя	Деятельность воспитанников	Ожидаемый результат
1.	<p>Организационный момент: Воспитатель: Посмотрите, ребята, сколько гостей к нам пришло. Давайте поздороваемся с ними. <i>Здравствуйте, ладошки!</i> - Вытягивают руки, поворачивают ладонями вверх.</p>	Повторяют	Дети активно взаимодействуют с педагогом.

Хлоп-хлоп-хлоп! - 3 хлопка.
Здравствуйте, ножки! - Пружинка.
Топ-топ-топ! - Топают ногами.
Здравствуйте, щёчки! - Гладят ладонями щёчки.
Плюх-плюх-плюх! - 3 раза слегка похлопывают по щекам.
Пухленькие щёчки! - Круговые движения кулачками по щекам.
Плюх-плюх-плюх! - 3 раза слегка похлопывают по щекам.
Здравствуйте, губки! - Качают головой вправо-влево.
Чмок-чмок-чмок! - 3 раза чмокают губами.
Здравствуйте, зубки! - Качают головой вправо-влево.
Щёлк-щёлк-щёлк! - 3 раза щёлкают зубками.
Здравствуй, мой носик! - Гладят нос ладонью.
Бип-бип-бип! - Нажимают на нос указательным пальцем.
Здравствуйте, гости! - Протягивают руки вперёд, ладонями вверх.
Здравствуйте! - Машут руками над головой.

движения

2.

Воспитатель: Ребята! Я вас очень рада видеть всех веселыми, здоровыми, бодрыми.

Сегодня мы с вами отправимся в страну здоровья. А как вы думаете на чем можно добраться?

Дети: На самолете, на машине, на лошади.

Воспитатель: А я вам предлагаю отправиться на ковре самолете. Проходите ребята, садитесь поудобнее, закрывайте все глазки (слайд № 1,



звучит музыка).

Вот мы с вами и прилетели в страну здоровья



(слайд № 2).

Ребята как вы думаете, что такое здоровье?

Дети: Здоровье это когда ты здоров, улыбаешься и. т. д.

Воспитатель: Да ребята, здоровье – это когда ты здоров, улыбаешься, хочется прыгать,

Ответы детей

Высказывают свою точку зрения.

Дети знают как

играть, это - когда ты веселый и на тебя приятно смотреть, когда ты стройный, подтянутый. Но, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Дети: Хорошо питаться, закаляться, кушать витамины, гулять на свежем воздухе.

Воспитатель: Чтобы хорошо расти и быть здоровым, нужно заботиться о здоровье.

А для этого нужно: хорошо себя знать, помогать себе, быть здоровым и счастливым.

Ребята, какое сейчас время года?

Дети: Весна!

Воспитатель: Правильно, сейчас весна(слайд № 3).



В весенний период люди часто простужаются. Весной нашему организму нужно больше витаминов. Поэтому весной мы должны есть много фруктов и овощей.

Воспитатель: Чтоб расти и закаляться, нужно спортом заниматься!

А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить себе здоровье? Какую мы с вами поговорку знаем?

Дети: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

Воспитатель: Так как же можно укрепить свое здоровье? Как вы думаете?

Дети: Закаляться, делать зарядку, купаться в море, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, дыхательные упражнения.

Воспитатель: А что мы с вами делаем в детском саду, для того, чтобы быть здоровыми и не болеть?

Дети: Делаем зарядку, гуляем на свежем воздухе и. т. д.

Воспитатель: Да, мы каждое утро делаем зарядку, Гуляем на свежем воздухе, повара на кухне готовят нам вкусную здоровую пищу. Любовь Федоровна открывает окно, проветривает помещение, чтобы воздух был чистым.

Воспитатель: Вот мы говорили, что для здоровья необходимо правильно питаться. А что это значит? Какие продукты питания

нужно заботиться о своем здоровье.

Ответы детей

Дети знают как нужно укреплять свое здоровье.

Ответы детей

Витамин А

Витамин А очень важен для зрения, его называют витамином роста. Рассмотрите рисунки. Запомни продукты, в которых есть витамин А.



№ 6).

А живет он в оранжевых и красных овощах и фруктах. Подумайте и назовите оранжевые овощи и фрукты, в которых живет наш витамин - А?

Дети: Яблоко, морковь, тыква, болгарский перец.

Воспитатель: Да, это морковь, тыква, яблоко, болгарский перец. А еще витамин есть в яйцах, чесноке и рыбе. Что бы сохранить здоровыми свои глазки, мы с вами делаем гимнастику для глаз.

Гимнастика для глаз «Часы»:

Тик-так, тик-так! (Движения глазами)

Вот так, вот так! (вправо-влево.)

Тик-так, тик-так! (Движения глазами)

А теперь вверх-вниз

Тик-так, тик-так! (Движения глазами)

Делай с нами, (по часовой стрелке.)

Делай так!

Тик-так, тик-так! (Движения глазами, стрелки движутся по кругу против часовой стрелки).

Воспитатель: Продолжим знакомство с витаминами. Для того, чтобы ваш организм был как крепость, не подпускал злых микробов и не позволял им заразить вас болезнями очень нужен



витамин С(слайд № 7). Он ребята живет во всем кислом. Как вы думаете. В каких продуктах питания мы можем найти витамин. С?

Дети: Лимон, мандарин, смородина, клубника.

Воспитатель: Да, ребята это лимон, апельсин, шиповник, мандарин, смородина, клубника. А еще витамин – С есть в капусте, редисе, луке.

Просматривают слайды

Дети знают в каких продуктах находятся витамины.

Проявляют интерес к участию в играх.

Повторяют движения

Поддерживают беседу, высказывают

Хочу познакомить вас еще с одним витамином В. Витамин – В помогает сердцу, чтобы оно хорошо



работало (слайд № 8). А есть он в черном хлебе, в мясе, геркулесе. А теперь познакомимся с витамином D (слайд № 9).



Он делает ваши ноги и руки крепкими и укрепляет кости. А есть он в рыбьем жире, яйцах, молоке. Хочу познакомить вас еще с одним витамином. Его зовут витамин Е (слайд



б.

№ 10).

Он необходим для здоровья нашей коже. А живет он в зеленых овощах, фруктах, зелени. Назовите их.

Дети: Киви, зелёный лук, капуста.

Воспитатель: Да ребята, это петрушка, киви, капуста, зеленый лук.

Физкультминутка:

Исходное положение – ноги на ширине плеч.
Декламировать стихотворение, выполняя движения.

Вот мы руки развели,

Словно удивились.

И друг другу до земли

В пояс поклонились!

Наклонились, выпрямились,

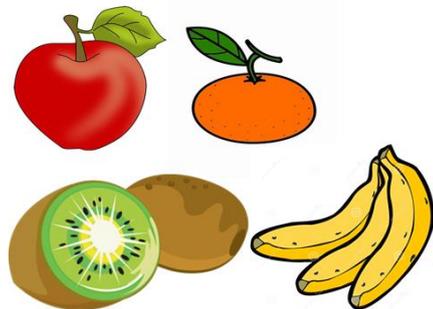
Наклонились, выпрямились.

свою точку зрения.

Выполняют движения

*Ниже, ниже, не ленись,
Поклонись и улыбнись.*

Воспитатель: Молодцы! А теперь давайте порадуем свой организм витаминами, которые живут в этих фруктах (показ яблока, мандарина, киви, банана). (слайд № 11)



7. Я предлагаю вам сделать вкусный и очень полезный фруктовый шашлычок под названием «Витаминная фантазия». На эти палочки (показ) мы нанизываем вот эти нарезанные кусочками фрукты (показ). Но прежде чем приступить к изготовлению шашлычка и к еде, что необходимо сделать? (Ответы детей). Конечно, помыть руки, чтобы микробы с наших немых рук не попали на пищу, а оттуда к нам в организм.

Приготовление фруктового шашлычка:

В процессе приготовления воспитатель оказывает помощь детям, испытывающим затруднения, задает вопросы. Какой из фруктов твой любимый? Какой фрукт ты нанизываешь? По окончании работы желает всем приятного аппетита (слайд № 12).



Дети и воспитатель идут мыть руки

Дети нанизывают кусочки на шпажки

Дети и воспитатель идут мыть руки