

муниципальное автономное образовательное учреждение детский сад
№1 «Сказка»

Методическая разработка

По теме: «Помощь здоровячкам»

Воспитателя Шемяковой Людмилы Николаевны

Мегион - 2016 год

Цель:— Формировать у детей желание заботиться о своём здоровье.

Программные задачи:

- Закрепить представление детей о значении питания в жизни человека, о полезных и вредных продуктах.
- Уточнить навыки правильного приёма пищи, правила сохранения зубов здоровыми.
- Развивать мыслительные процессы (внимание, зрительно-слуховую память).
- Воспитывать умение работать в команде, используя план(маршрутный лист), доброту, взаимопомощь.
- Формировать навыки рисования контурной линией.

Интеграция образовательных областей:

Социально - коммуникативное развитие, Познавательное развитие, Художественно-эстетическое развитие, Восприятие художественной литературы.

Материал:

Металлофон, карандаши, конверт.

Предварительная работа:

- Заучивание в стихотворной форме правил приёма пищи.
- Изготовление атрибутов (шишки с загадками, речка, цветов, посылка, план-карта, костюм Бабы-Яги, письмо, домик, корзинки с карточками с изображением полезных и вредных продуктов, красный и зелёный бант, ширма), подбор пословиц.
- Покупка фруктов, двух листов ватмана, фонарик.

Ход занятия

Организационный момент

Воспитатель. Ребята, сегодня к нам из леса прилетела сорока. В клюве она принесла какой-то странный предмет. Рассмотрите, что это?

Дети и воспитатель рассматривают принесённый сорокой предмет – конверт, в котором находится план-карта и письмо.

Воспитатель. Это письмо от здоровячков. А вы знаете кто такие здоровячки?

Дети. Так называют людей, которые никогда не болеют. Потому, что они закаляются, занимаются спортом.

Воспитатель. Правильно, это люди, которые заботятся о своём здоровье. Послушайте, что они пишут. (Читает вслух письмо).

«Дорогие ребята! Нас захватила в плен злая волшебница. Она заперла нас в своём дворце и все замки заколдовала. Нам здесь очень плохо, нас кормят только вредной пищей, и поэтому нам грозит опасность. Пожалуйста, спасите нас! Высылаем вам план местности, где вас ждут испытания. Как только вы их преодолеете, злые чары разрушатся, и мы будем спасены. Здоровячки!».

Здоровячки попали в беду, вы согласны им помочь?

Дети. (хором) Да.

Воспитатель. Ну что ж, давайте посмотрим карту и сориентируемся по ней куда идти. Дети и воспитатель рассматривают план-карту.

Воспитатель. Куда лежит наш путь?

Дети. Наш путь лежит через лес.

Воспитатель. Какой будет порядок наших действий?

Дети. Нам нужно найти корзинку, перейти через речку, найти цветок на полянке, по мостику дойти до домика Бабы-Яги.

Воспитатель. Тогда не будем терять ни минуты, в путь!

Основной этап

Дети и воспитатель отправляются на помощь здоровячкам.

Воспитатель. А вот и лес. Ёлочка, а на ней необыкновенные шишки висят с загадками.

Воспитатель читает загадки про овощи, фрукты, ягоды.

Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран
В тропиках растёт...(банан)

За кудрявый хохолок
Лису из норки поволок.
На ощупь - очень гладкая,
На вкус - как сахар сладкая.

Лоскуток на лоскутке - зеленые заплатки,
Целый день на животе нежится на грядке.

(Морковь)

(Капуста)

Сидит дед во сто шуб одет,
Кто его раздевает,
Тот слезы проливает.

Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки.

(Лук)

(Яблоко)

Дети отгадывают загадки.

Воспитатель. Молодцы, посмотрите, наш фонарик загорелся.

Дети любят фонариком. Он гаснет.

Воспитатель. Фонарик погас, значит, нас ждут новые испытания. Покажите куда идти дальше?

Дети и воспитатель рассматривают план-карту и продолжают путь.

Воспитатель. Вот и корзиночка нашлась. В ней лежат карточки с изображениями полезных и вредных продуктов питания. Злая волшебница их перепутала, всё перемешала. Наша задача разделить их на две группы. Вот посмотрите три корзинки. В одной лежат карточки. Две пустые, на одной - красный бант, на другой - зелёный. В какую корзину будем складывать полезные продукты?

Дети. В корзинку с зелёным бантом.

Воспитатель. Почему?

Дети. Потому, что красный цвет запрещающий, а зелёный разрешающий.

Воспитатель. Тогда берите по две карточки и раскладывайте их по корзинкам.

Дети выполняют задание.

Воспитатель. А теперь ответьте на мои вопросы. Ребята, ответьте, можно ли есть вредные продукты.?

Дети. Можно, но лучше не надо, потому что это очень вредно.

Воспитатель. Если много кушать, обязательно будешь здоровым и крепким?

Дети. Нет.

Воспитатель. Почему?

Дети. Потому, что можно растолстеть и заболеть.

Воспитатель. Не зря говорят: «Мы едим для того, чтобы жить, а не живём для того чтобы есть». Посмотрите, фонарик опять загорелся. Значит, вы молодцы и прошли испытание. Посмотрите на карту в каком направлении нам нужно двигаться дальше?

Рассматривают карту и разрабатывают дальнейший маршрут. Подходят к речке.

Воспитатель. Дорогу нам преградила речка молочная, кисельные берега. Как же нам её перейти! Речка пропусти нас на другой бережок.

Речка. Пропущу, если назовёте молочные продукты, кто назовёт тот и пройдёт.

Дети называют молочные продукты и по одному переходят мостик. (кефир, молоко, творог, йогурт, снежок).

Речка. Молодцы! Много знаете полезных продуктов. Мои продукты особенно полезны для детей. Счастливого пути!

Воспитатель. Спасибо речка. Третье испытание пройдено –фонарик загорелся.

Снова рассматривают карту.

Воспитатель. На карте нарисован цветок, ищите его на полянке.

Дети находят цветок, а на нём записка.

Воспитатель (читает записку). «Прочитайте сказку, найдите ошибки, которые допустила Марфуша». Садитесь, да слушайте внимательно.

Сказка

Жили были муж да жена и было у них две дочери. Настенька да Марфуша. Как - то раз собрались родители на базар, а дочерям наказали обед сварить, да грядку прополоть. Как только они уехали, Настенька в огород пошла, а Марфуша схватила со стола пирожок румяный и выбежала на улицу, а там ребята в жмурки играют. Она побежала к ним, размахивая руками и откусывая от пирожка кусочек за кусочком. Марфуша так торопилась, что споткнулась и упала, уронив пирожок на тропинку. Она быстро подобрала его, протёрла его о сарафанчик, подула на него и, доев, принялась играть.

А Настенька тем временем вернулась в избу, увидела, что Марфуши нет, и принялась обед стряпать. Сестрица тем временем наигралась – кушать захотела. Прибежала в избу, достала с печи щи с пылу с жару, налила целую миску до краёв и принялась, обжигаясь есть. Отправляя в рот ложку за ложкой, она рассказывала как интересно и весело они играли в жмурки.

Воспитатель. Итак, что неправильно делала Марфуша? Назовите её ошибки?

Дети. Не помыла руки перед едой, ела на ходу, спешила во время еды, ела горячее, поднимала еду с земли.

Воспитатель. Молодцы ребята, но что –то фонарик не загорается. Назовите все правила приёма пищи.

1-й ребёнок.

Я думаю, ты без сомнения знаешь,
Что пользу приносит не всё, что съедаешь.
Запомни и всем объясни очень ясно
Желудок нельзя обижать понапрасну.

2-й ребёнок

Холодная пища ему не нужна
Горячая тоже очень вредна.

3-й ребёнок

А сладостей всяких и чипсов и колы
Желудок боится как дети уколов.

4-ребёнок

Не ешь на ходу, это очень опасно –
Все люди знают это прекрасно.

5 –ребёнок

За стол в одно время всегда ты садись
И руки помыть до еды не ленись.

6-й ребёнок

Большими кусками не стоит глотать
А тщательно надо еду прожевать.

7-й ребёнок

Старайся ты всё же много не есть,
чтобы толстым не стать и не болеть.

Дети (хором)

И помни! Желудок у тех не болел, Кто с детства его понимал и жалел!

Воспитатель. Молодцы! Давайте посмотрим, куда идти дальше.

Дети рассматривают карту. Они возвращаются по мостику назад, к домику Бабы-Яги. Стучат в дверь.

Баба-Яга. Фу-Фу! Русским духом пахнет. Зачем ко мне пожаловали?

Дети. Здравячков спасаем.

Бага-Яга. Да вы и сами, какие пухленькие, крепенькие, зубастенькие! А у меня только один зуб остался.

Воспитатель. Баба-Яга, наши дети зубы берегут, заботятся о них.

Баба=Яга. А ну-ка покажите ваши зубки.

Дети показывают Бабе-Яге зубы.

Баба-Яга. Какие ровненькие, беленькие.

Воспитатель. Ребята, расскажите Бабе-Яге, сколько зубов должно быть у здорового человека.

Дети. Тридцать два.

Воспитатель. Скажите ребята, что нужно делать, чтобы сохранить зубы крепкими и здоровыми.

Дети. Нужно чистить их два раза в день: утром и вечером, полоскать после еды, не есть много сладкого, ходить к зубному врачу два раза в год.

Баба-Яга. Спасибо! Теперь буду знать. Давайте девочки нарисуют вредные для зубов продукты, а мальчики полезные.

Дети выполняют задание и рассказывают, что они нарисовали.

Баба-Яга (читает стих).

«Чтоб тебе, мой друг, с тоскою,

Не пришлось на склоне лет

Страшной челюстью вставною

Пережёвывать обед,

Чтоб свои родные зубки

Смог ты дольше сохранить,

Надо чистить их почаще,

Надо вовремя лечить».

Загорается фонарик.

Воспитатель. Ребята, смотрите, последнее испытание пройдено, все задания выполнены.

(За стеной раздаются звуки металлофона) Слышите, колдовские чары рухнули! Здоровячки свободны. Вы – молодцы! Нам пора возвращаться в группу. До свидания Баба-Яга! Береги зуб.

Дети и воспитатель возвращается в группу.

Воспитатель. Ну, вот ребята мы и вернулись. Посмотрите, кто-то прислал нам посылку. Она от здоровячков – в благодарность за то, что мы помогли им в трудную минуту.

Открывает посылку и рассматривает её содержимое.

Воспитатель. Назовите, что здесь лежит?

Дети. Яблоко, банан, мандарин, груша, конфета.

Воспитатель. Что здесь лишнее?

Дети. Конфета.

Воспитатель. Почему?

Дети. Потому, что она сладкая.

Воспитатель. А разве остальные продукты не сладкие? Чем же конфета от них отличается?

Дети. В ней нет витаминов.

Воспитатель. Старайтесь больше кушать фруктов, а не сладостей. Берегите своё здоровье с детства.

Дети угощаются фруктами.

Рефлексия

Воспитатель. Как вы считаете, мы справились с заданием?

Дети.

- Да, справились, было трудно, но мы старались. Мы теперь знаем, как нужно заботиться о наших зубах, чтобы их не потерять, как Баба-Яга.

- Мы будем всегда помогать друзьям, которые попали в беду.

- Мы знаем, что конфеты вредные для наших зубов.

Литература

1. Азбука здоровья в картинках. - М. Русское энциклопедическое товарищество.
2. Зайцев Г «Уроки Мойдодыра».
3. Мосалова Л.Л. «Я и мир».
4. Сигимова М.Н «Формирование представлений о себе у старших дошкольников»

