

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №6  
г. Гусев Калининградская обл.

## Здоровьесберегающие технологии в процессе НОД



Воспитатель Менделеева Ирина Алексеевна



Тема: «Путешествие в город Здоровья»

**Направление:**

«Познавательное развитие» и «Физическое развитие», которое включает в себя становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

**Цель:**

Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и ЗОЖ.



# Задачи:

## 1. Образовательные:

- Уточнить и расширить представления детей о том, что здоровье одна из главных ценностей жизни;
- Обобщать и расширять знания детей о полезных продуктах, о взаимосвязи здоровья и питания;
- Закреплять и расширять знания детей о влиянии витаминов на здоровье человека;
- Формировать умение правильно использовать полезные травы;
- Способствовать умению детей рассуждать, анализировать, делать выводы.

## 2. Развивающие:

- Развивать коммуникативные навыки через практическое овладение детьми диалогической формы речи;
- Развивать внимание, мышление, память;
- Развивать эмоциональную отзывчивость, доброжелательность.

## 3. Воспитательные:

- Воспитывать желание заботиться о своём здоровье с дошкольного возраста.





## **Виды познавательной деятельности, задействованные на НОД.**

- **Рецептивная** (Воспринимать на слух, слушать воспитателя)
- **Творческая** (Игра)

### **Словарная работа:**

Расширять и активировать словарь детей по теме.

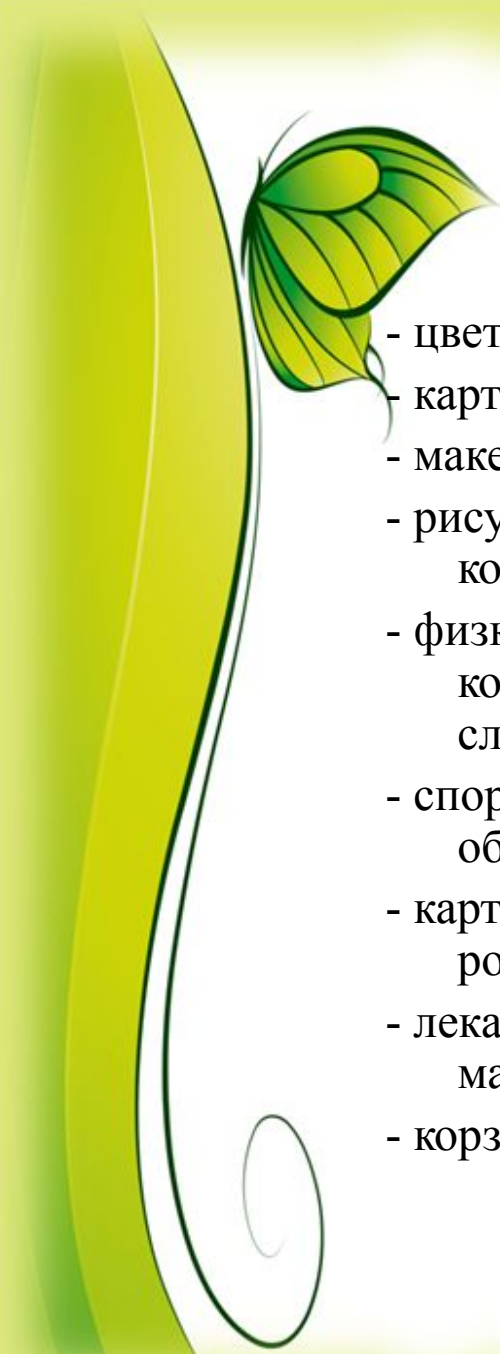
### **Методы и приёмы:**

- Наглядные – показ картинок, карточек, карты-схемы.
- Словесные – рассказывание, объяснение.
- Практические – игра, физкультминутка.
- Активизация интереса и внимания детей.
- Постановка заданий.
- Контроль за выполнением работы.
- Индивидуальная работа.



## Предварительная работа:

- проведение бесед о витаминах, лекарственных растениях, о спорте
- чтение художественной литературы,
- рассматривание иллюстраций на тему: «Витамины»,  
«Лекарственные травы»
- сюжетно-ролевая игра «Центр здоровья», «Аптека»
- отгадывание загадок о витаминах, фруктах и овощах.



## Материал и оборудование:

- цветок из разноцветной бумаги на подставке;
- карта-схема игры-путешествия;
- макет дерева;
- рисунки разных продуктов: конфеты, морковь, капуста, колбаса, мясо, молоко, шоколад, и т. д.;
- физкультурное оборудование (дорожка здоровья, массажные коврики, детали мягкого модуля, координационная дорожка – следы, кубики);
- спортивный инвентарь (скакалки, мячи, массажные дорожки, обручи, канат, мешочки);
- карточки с изображением лекарственных трав (шиповник, ромашка, мята, мать-и-мачеха, подорожник, зверобой);
- лекарственные травы в коробочках (шиповник, ромашка, мята, мать-и-мачеха, зверобой);
- корзинка с шариками.

# Ход НОД

## 1. Приветствие

- Ребята, давайте встанем в круг, возьмемся за руки и начнем нашу встречу с приветствия:

Здравствуй, солнце золотое,

Здравствуй, небо голубое,

Здравствуй ты и мы и я

Здесь мы все одна семья

Гости здравствуют пусть тоже

И постарше и моложе.

Мы друг другу шлём привет

Наш девиз – «Даёшь сто лет!»

- А вы когда-нибудь вдумывались в смысл слова «Здравствуйте?»

- А как вы думаете, что это значит?

- Ребята, я очень рада вас всех видеть сегодня такими здоровыми и красивыми.



- Предлагаю вам собрать цветок здоровья.

## 2. Игра «Собери цветок здоровья»

- Возьмите лепесток и ответьте на вопрос «Что такое здоровье?» и прикрепите его к стеблю.
- Молодцы, ребята, какой красивый получился у нас цветок здоровья.



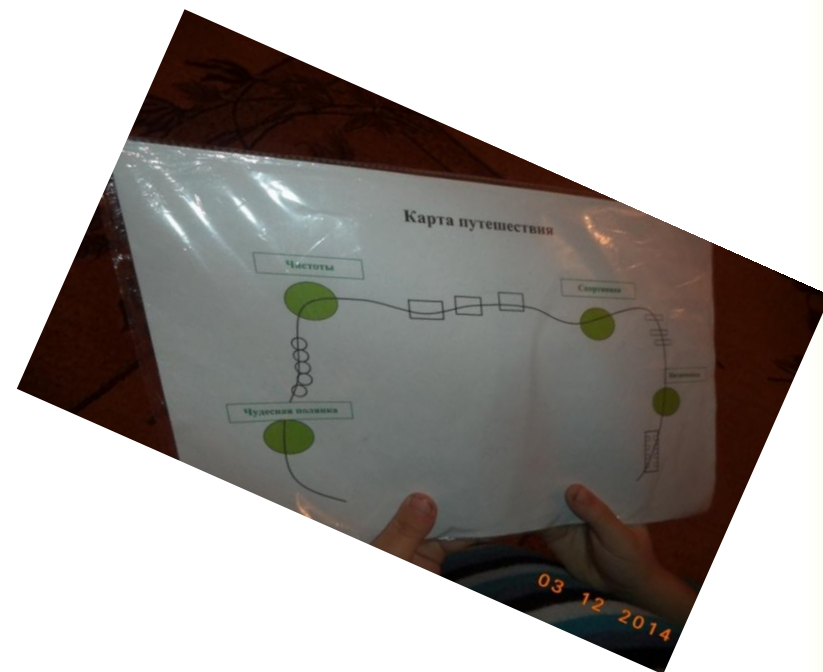


- Хотите отправиться в путешествие?  
- Я вас приглашаю в город Здоровья.  
Чтобы попасть туда, надо взяться за руки, закрыть глаза и сказать волшебный пароль: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

- А вот и наш маршрут. Давайте посмотрим на карту нашего путешествия. Посмотрите, сколько здесь разных остановок.

*(Рассматриваем карту-схему путешествия, называя названия остановок)*

- Ребята, сначала мы пойдем по следам.



### 3. Остановка «Витаминка».

– Ребята, а вот и первая остановка, называется она «Витаминка». Как вы думаете, почему она так называется?

-Ребята, давайте узнаем, какие продукты содержат полезные для здоровья витамины?

### 4. Дидактическая игра «Витаминное дерево»

-Вот посмотрите, здесь растет волшебное Витаминное дерево. Давайте на веточки дерева повесим те продукты, которые полезно кушать для нашего здоровья и объясним, для чего необходим этот витамин.


**Воспитатель:** – Молодцы, ребята, посмотрите, какое витаминное дерево у нас получилось. И постарайтесь запомнить те продукты, в которых находятся полезные витамины.

-А как вы думаете, ребята, фрукты полезные для здоровья? А чем они полезны?

-Я предлагаю вам поиграть.

### 5. Ди «Рифмы» (дети подбирают рифму по смыслу)





Посмотрим по карте-схеме наш путь, дальше идем по ребристой дорожке.

### **6. Остановка «Спортивная»**


**Воспитатель:** - Ребята, мы прибыли на остановку «Спортивная». Что же здесь находится?

—А для чего нам все это нужно?

-Зачем нужно заниматься спортом?

**Воспитатель:** - Мы сейчас отдохнем и сделаем **физкультминутку**.





- Нам пора дальше. По карте - схеме посмотрим наш путь дальше. Впереди у нас массажные коврики.

- Дети, а вы знаете, чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины и быть сильным! Нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены.

### 7. И следующая остановка Чистоты.

**«С гигиеной ты дружи, своим здоровьем дорожи!»**

– Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду?

– Для чего это надо делать?

– Как попадают микробы в организм?

- Посмотрите, вот они где притаились.

Микробы бывают разные: ужасные и опасные,

Страшные и грязные, корявые, дырявые,

Противные, заразные, такие безобразные!

Вот эти бяки – буки, попадают к нам на руки.

А чтобы микробов победить, нужно трудные задания решить (*микробы — воздушные шарики, на которых нарисованы сердитые лица*)

***Загадываются загадки, на каждую загадку лопается шарик.***



## 8. Остановка «Чудесная полянка»

**Воспитатель:** - Ребята, когда человек болеет, как он себя чувствует?

- Ребята, посмотрите сюда, здесь цветочная полянка. Давайте присядем.

Здесь на полянке растут лекарственные травы.

Кто знает название лекарственных трав?

**Воспитатель:** – Посмотрите, ребята, вот ромашка, это шиповник, а вот эта трава-мать-и-мачеха – она полезна при кашле, а это – мята она успокаивающая, очень приятно пахнет.

- Давайте понюхаем, ну как приятно пахнет?

-А вот это у нас шиповник попробуйте рукой, какой он твердый потому, что он сухой.

-Ребята, вот из этих лекарственных трав можно заваривать вкусный и лечебный чай.

-Вот мы с вами и побывали в городе Здоровья, узнали много полезного.

Какое славное путешествие у нас получилось!



## 9. Итог занятия. Рефлексия.

Где мы с вами побывали?

Какие остановки проходили?

Что надо делать, чтобы быть здоровым?

Я хочу пожелать вам, чтобы вы были  
здоровыми, веселыми, красивыми.

и закончить занятие такими словами:

Быть здоровым – великое счастье!

Быть здоровым стремись, человек!

Слушай сердце, общайся с природой,

И тогда будет долог твой век!



