**Методическая разработка образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие»**

**(формирование начальных представлений о здоровом образе жизни)**

**Тема:** «Здоровым быть здорово»

**Возраст воспитанников:** средний дошкольный возраст.

**Виды деятельности:** коммуникативная, физическая культура, познавательно-исследовательская.

**Образовательные области:** «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное развитие».

**Цель.** Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- формировать первоначальные представление детей о гриппе и простуде, о способах распространения заболевания;

- дать детям представление о важности соблюдения элементарных гигиенических навыков для защиты своего организма в период эпидемий;

- закрепление знаний продуктов, полезных для профилактики гриппа и простуды;

- воспитание доброжелательного отношения к себе и окружающим.

**Предварительная работа:**беседы о здоровье, о пользе овощей и фруктов, о правильном питании, о вирусах, о профессии «доктор», рассматривание иллюстраций в «Книге здоровья».

**1 этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Обратная связь на высказывание детей** |
| *Звонок по скайпу.*  - Ребята, кто это может быть? Будем отвечать на звонок? Может это важный звонок и кому-то нужна ваша помощь?  *На экране появляется Крош (слайд 1.)*  *Крош:*  -Здравствуйте, ребята.(*Чихает)*. Я заболел, и не знаю, что мне делать? Мне нужна ваша помощь!  *Воспитатель обращается к детям.*  - Ребята, что же делать?  -Разве мы можем лечить?  -А кто лечит, у кого такая профессия –лечить? *Ответы детей.*  *Воспитатель обращается к Крошу.*  -А ты врача вызывал?  *Крош, чихая:*  *-*Да, конечно, врач приходил ко мне, но он очень торопился, все повторял какое-то непонятное слово «эпидемия», в лесу «эпидемия». Что это за «эпидемия»? Может это лекарство такое? Я не понял. Я ему говорил, что у меня нос заложен, голова болит, а он сказал:«Лежи в постели, завтра я к тебе зайду». А я все больше чихаю…  -Что же мне делать, как быть сегодня? Я хочу быть здоровым. Ребята, помогите мне узнать, что это заболезнь у меня, и как мне больше не болеть. Жду от вас помощи!  *Воспитатель:*  -Ребята, поможете Крошу? | -Вы молодцы! Знаете героев мульфильма «Смешарики»!.  -Мне было интересно узнать ваше мнение, ребята! Я тоже так думаю.  -Какие вы отзывчивые! Мне очень приятно. |

**2 этап: способствуем планированию детьми их деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Обратная связь на высказывание детей** |
| *Воспитатель обращается к детям.*  -Что же делать Крошу? Как ему помочь? (*Ответы детей).*  -Доктор лечит лекарствами, нужно знать, как их принимать. Пока доктор занят, можем мы помочь Крошу? А как?  -Мы не можем посоветовать ему никакие лекарства, но есть такие народные средства, которые лечат и не могут навредить.  - Ребята, как вы думаете, чем болен Крош? У него болит голова, высокая температура, он чихает. (Ответы детей).  *Если дети не нашли ответа, воспитатель помогает.*  - Кажется, я знаю-это грипп! Сказочные герои в лесу заболели. И заболели все, поэтому это «эпидемия».  -А люди болеют гриппом?  *-*Кто из вас болел гриппом?  -Чем вас лечили от гриппа?*(Ответы детей).*  -А ведь и я болела гриппом. Кроме лекарств, я как раз принимала народные средства.  -А где мы с вами можем узнать о народных средствах лечения простуды, гриппа?  *Варианты ответов.*  *Если дети предложили вариант «спросить у медсестры». Воспитатель набирает номер и звонит ей.*  - Добрый день, Лариса Анатольевна. Вы не могли бы подняться к нам в группу «Белочки», нам нужна ваша помощь. Как жаль, что вы сейчас не в детском саду, а в аптеке, покупаете витамины. Ну, тогда извините.  *Другой вариант.*  -У нас в группе есть подсказка.  - Правильно, есть «Книга здоровья», можно там посмотреть.  -Кто знает, где она и принесет ее?  -Где бы вы хотели расположиться и рассмотреть книгу?  *Дети берут книгу и определяют место, где будут рассматривать ее.* | *Если дети отвечают неверно:*  *-*Интересный вариант!  -Кто еще как думает?  *Если дети отвечают правильно:*  -Точно!  -Именно так! Как здорово, что ты это знаешь!  *Если дети отвечают «не знаю»:*  - А кому интересно узнать?  -Согласна. А еще?  Здорово! Вот это да!  -Как вы много знаете об этом опасном для здоровья заболевании!  - Какой вариант мы с вами выберем? - Хорошая идея.  - Как я рада, что вы такие внимательные.-Здорово!  - Вот это да! Отличная мысль! |

**3 этап: способствуем реализации детского замысла**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Обратная связь на высказывание детей** |
| *Дети рассматривают книгу, где изображены мед, лимон и другие, полезные для здоровья продукты. При необходимости, воспитатель поясняет назначение предметов и дает советы.*  -Ребята, о чем нам напомнила «Книга здоровья?» О каких народных средствах лечения гриппа?  -Что поможет нам быть здоровыми?  -Мы можем своими знаниями поделиться с Крошем? Не навредят ли ему наши советы? А почему?  -Верно! Каждый из этих продуктов полезен для человека, и их можно кушать, даже если не болеешь. Это называется «профилактика». В этих продуктах много витаминов, которые помогают организму справляться с вирусами болезни.  *На экране мультимедийной доски появляется вирус.(Слайд 2)*.  -Я вирус гриппа. Это я заразил Кроша. Вы хотите подсказать ему, как вылечиться?! Я советую начать лечение с чипсов, пепси-колы…  *Появляются картинки с вредными продуктами. (Слайд №3).*  - Ребята, что это?  - Они помогут Крошу быть здоровым? Эти продукты вкусные, но очень вредные для нашего здоровья. И чтобы вредный вирус не подумал, что мы ничего не знаем о полезных продуктах, предлагаю поиграть в игру «Полезно – не полезно».  *Воспитатель просит детей подойти к мольбертам и объясняет задание.*  *-*Предлагаю разделить картинки на 2 группы. На одну доску поместить те продукты, которые помогут вылечиться от простуды и гриппа, на другую те, которые следует кушать очень редко, чтобы не навредить своему организму.  *Проводится игра.*  -Ребята, а что еще мы должны делать, чтобы быть здоровыми и не болеть?  -Может быть, нам поможет особое настроение? Какое оно должно быть? Как оно появится, где мы его возьмем?  -Конечно, когда мы играем, наше настроение улучшается.  *Игра «Теплые ладошки».*  -Покажите мне свои ладошки. Потрите их друг об друга, что вы чувствуете? *(тепло)*  -Это тепло ваших рук, подарите его друзьям! Становитесь в круг и повторяйте за мной.  *Дети с воспитателем становятся в круг*. *Воспитатель проводит физминутку:*  Собрались все дети тут,  Я твой друг и ты мой друг,  Крепче за руки возьмемся  И друг другу улыбнемся!  *Дети берутся за руки и выполняют движения:*  Я согнусь, разогнусь *(наклоны вперёд, руками касаясь пола),*  В мячик поиграю *(прыжки на месте),*  Попляшу (*прыжки, с выбрасыванием ног вперёд),*  Покручусь (*прыжки вокруг себя),*  И здоровья наберусь! (*махи руками, одна вверх, другая вниз и наоборот)*  *В конце вдох- руки вверх, выдох- руки вниз.*  - Поднялось у вас настроение?  -Иногда, случается неприятное, и вирусы гриппа побеждают человека, попадают к нему через нос, рот и руки. Знаете, как это происходит?  (*Если дети не дают ответа, воспитатель объясняет).*  -Я предлагаю провести опыты, которые нам все помогут понять. Кто хочет, может посмотреть опыты. Для этого нам понадобятся некоторые предметы.  *Воспитатель берет поднос с заранее приготовленными предметами для опытов.*  - Готовы? Тогда покажите мне свои ладошки.  *Опыт №1.*  *Дети вытягивают руки вперед ладошками вверх. Воспитатель берет пульверизатор, разбрызгивает из него   воду детям на ручки.*  - Какими стали ваши ладошки? А из-за чего? *Ответы детей.*  *-*Верно, ладошки стали мокрыми, потому что на них попали капельки. Возьмите пожалуйста салфеточку и протрите свои ладошки.  -Когда больной человек чихает, эти капельки слюны попадают на вас.Так дети и взрослые заражаются гриппом.  -А что же нужно делать, чтобы не заразиться?  (*Прикрывать рот носовым платком или надевать марлевую повязку, почаще проветривать помещение и дышать свежим воздухом.)*  *Опыт №2.*  -Ребята, протяните ко мне свою ручку.*(Воспитатель наносит себе на руку тальк и касается ладошек ребят, на которых остаются следы порошка).*  -Вот таким образом, касаясь друг друга, через руки мы передаем заболевание, вирусы. Возьмите влажную салфетку и протрите свои ручки, пожалуйста. А что же нужно делать, чтобы вирусы не попали к нам через руки?  -Вы правы, надо чаще мыть руки! | - Я довольна вашими ответами.  - Здорово! Как интересно!  -Правильно вы думаете.  -Мне приятно, что вы так хорошо справились с заданием.  -Согласна, я тоже так думаю.  -Это будет чудесно! -  - Правильно.  -Именно так и происходит.  *В случае, если дети заинтересовались предложением:*  *-*Отлично, уверена, вам понравится!  -Как здорово у нас получается. |

**4 этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Обратная связь на высказывание детей** |
| *На экране появляется Крош. (Слайд №4)****.***  *Крош***:**  -Ребята, доктор мне позвонил и назначил лечение лекарствами. Подскажите, как мне в следующий раз уберечь себя от гриппа, чтобы не болеть?  *Дети делятся своими знаниями.*  *При чихании, кашле, прикрывать рот носовым платком, носить марлевую повязку, проветривать помещение, делать зарядку, большегулять на свежем воздухе, тщательно мыть руки с мылом. Принимать полезные для здоровья продукты*.  *Крош:*  Спасибо, ребята, вы мне очень помогли. Пойду лечиться. До свидания!  -Мы смогли помочь Крошу?  - Как помогли?  -А кому мы можем рассказать о том, что мы узнали?  -Как еще мы можем использовать свои знания?*Ответы детей.*  -Хорошее настроение и улыбка- залог здоровья. Как не удивительно, но весёлые люди болеют реже.  -Предлагаю вам подарить друг другу улыбку.  *Дети становятся в круг, берутся за руки.*  -А теперь мы улыбнемся, Крепко за руки возьмемся. И друг другу на прощанье Мы подарим пожеланье:   Быть здоровыми всегда –Да? (ДА!) | -Мне с вами было интересно.Сегодня, ребята, вы совершили очень доброе дело.  - Я рада, что вы так много знаете! |