**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 возьмемсяИ 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 прощаньеМы 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! |