Приложение 1

##### Занятие 1

ТЕМА: «Моя школа здоровья»

Цель: формирование у дошкольника знаний о своем здоровье.

Задачи:

1. Показать важность и пользу занятий спортом для здоровья.

2. Формировать потребность в движении, стойкую привычку к спорту, к занятиям физической культурой.

3. Воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни.

Оборудование: цифровые иллюстрации, цифровая физкультминутка «Собачий вальс», «Морское путешествие», цифровая гимнастика для глаз «Ночное небо», иллюстративный вернисаж, сигнальные карточки по количеству детей, трафареты внутренних органов человека, картинки вредных и полезных продуктов питания.

Ход детской деятельности:

1. Мотивация: «Айболит».

2. Психологическая игра «Нос, рот, голова, уши, шея, лоб, глаза, плечи, шея, грудь, не забыть бы что – нибудь…»

Цель: развитие внимания, умения быстро реагировать на ситуацию.

Описание игры: ведущий педагог, при повторе ребенок. Задание: сесть лицом к детям, рассадить их полукругом. Начать игру словами: «Нос, нос, нос, нос…». При этом вытянутым указательным пальцем притрагивайтесь к своему носу. Дети должны делать то же самое. Вдруг измените слово: «Нос, нос, рот…», но прикоснуться вы должны не ко рту, а к другой части головы, например ко лбу или уху. Задача детей – дотронуться до той же части головы, что и педагог, а не до той, которую называют. Тот, кто ошибается больше 3 раз, выходит из игры.

Победителем считается игрок, дольше всех оставшийся в игре.

3. Проблемная ситуация: Через какие виды деятельности осуществляется укрепление нашего организма? (занятие спортом, спортивные игры, оздоровительные прогулки, закаливание).

4. Работа со слайдами.

Вопросы:

- Для чего человек занимается спортом?

- Какие виды спорта вам знакомы? (туризм, баскетбол, футбол, спортивная гимнастика, плавание, бокс и пр.)

- Назовите виды спорта, где используется спортивный атрибут – мяч?

- В каком виде спорта можно использовать экиперовку? (регби, саночники, хоккей…)

5. Работа на листах бумаги.

Задание: дорисовать элемент спортивного инвентаря.

6. Музыкальная физкультминутка с использованием ЦОР (цифровые образовательные ресурсы) «Собачий вальс».

7. Игра – упражнение «Странички безопасности» (ОБЖ).

Работа по слайдам:

- Основы безопасности жизнедеятельности при выполнении общеразвивающих упражнений

- Основы безопасности жизнедеятельности при выполнении основных видов движений

8. Коллаж «Мое здоровье – в моих руках».

Задание: правильно расположить органы человека.

Вопросы:

- Что человеку необходимо для сохранения своего здоровья?

- Высказывание мнений – диалог.

9. Гимнастика для глаз «Ночное небо».

10. Игра – упражнение «Здоровое питание»

Задание: разложить картинки на полезные и вредные продукты питания.

Задание: определить какой продукт полезен для глаз, для роста волос, для кожи, для укрепления и роста костей…

11. Игра – путешествие.

- А как можно пропутешествовать не выходя из нашей группы? (ответы детей: поиграть в путешествие, пофантазировать, рассмотреть иллюстрации…)

- А я предлагаю вам морское путешествие. Морской воздух полезен большим количеством озона, который наполняет наш организм кислородом, что способствует обновлению и росту наших органов. Двигательная пауза «Морское путешествие».

12. Итог: Мотивация «Айболит»: сигнальные карточки – задание: выбрать такую карточку, которая бы помогла вам оценить, как вы сегодня занимались. Красная – не участвовал, желтая – участвовал, но не во всех заданиях, зеленая – активный участник.

##### Занятие 2



ТЕМА: «Безопасное поведение дома и на улице»

Цель: Развитие позитивного мировоззрения, нравственно – этических представлений об основах безопасной жизнедеятельности.

Задачи:

1. Познакомить детей с правилами безопасного поведения в быту и на улице.

2. Прививать чувство сплоченности, уважения к жизненному опыту своих родителей.

3. Воспитывать любовь к традициям своей семьи.

Оборудование: мотивация игрушка Незнайка, иллюстрация «Соты», карточки по ПДД, бейджики, листы бумаги по количеству детей, схема перекрестка, слайды по ПДД, разрезные картинки, сигнальные карты.

Ход детской деятельности:

1. Мотивация: «Незнайка в городе дошколят»

2. Психологическая игра «Росток».

- мнемотехника (показ движений с и.п.сидя).

3. Проблемная ситуация: соблюдение правил безопасности в быту и на улице: не ходи, разинув, рот, здесь опасность стережет (правила поведения дома, на улице)

4. Словесная игра на бумаге: «Загадка в сотах» по теме: «Безопасное поведение дома и на улице».

1. Задание: Найдите начальную ячейку и, двигаясь от нее через стороны ячеек, обойдите их все, побывав в каждой по одному разу. Из пройденных букв должна получиться пословица. Восстановите эту пословицу.

**«СПИЧКИ НЕ ИГРУШКА»**

5. Работа с карточками за столом:

1) Задание: составь алгоритм перехода через центральную дорогу.

2) Задание: изготовить билеты – бейджики для безопасного поведения на улице (пешеходный переход, светофор, проезд запрещен….).

6. Игровая ситуация: «Я на улице»

Задание: соблюдая правила дорожного движения, перейти дорогу в обозначенном месте.

7. Игра – упражнение «История в картинках» (просмотр слайдов по ПДД).

Вопросы:

- Необходимо ли соблюдать бдительность на дороге?

- Какой знак поможет пешеходу правильно перейти дорогу?

- Все ли дорожные знаки могут указать правильность действия на дороге только пешеходу?

8. Игра – упражнение «Один дома»

Тренинговое задание:

- «Соблюдаю тишину»

- «Звоню по телефону»

- «Открываю окно зову на помощь»

9. Работа на листах бумаги: «Рисуем портрет» (испуг, спокоен, доволен)

Физкульминутка: Танец «Шалунишки» (ИКТ: диск).

10. Игра – упражнение «Я помощник»

Задание:

- Назовите правила действия с электроприборами (просмотр слайдов по ПБ)

- Назовите правила обращения с водой (просмотр слайдов по ГО и ЧС)

- Назовите правила противопожарной безопасности (просмотр слайдов по ПБ)

11. Игра – задание «Собери картинку»

Задание: из разрезных частей собрать картинку.

Вывод:

Безопасность – первый друг

Будь внимателен вокруг!!!

Итог: Мотивация «Незнайка»: сигнальные карточки – задание: выбрать такую карточку, которая бы помогла вам оценить, как вы сегодня занимались. Красная – не участвовал, желтая – участвовал, но не во всех заданиях, зеленая – активный участник.

##### Занятие 3

ТЕМА: «Как устроен я»

Цель: формирование полоролевого предназначения.

Задачи:

1. Познакомить детей с особенностями функционирования тела, строением организма, личной гигиеной.

2. Углублять представления о себе, своих индивидуальных особенностях.

3. Формировать положительную оценку и образ себя, воспитывать индивидуальность.

Оборудование: силуэт тела человека: изображения девочки и мальчика ребенка; фото детей и членов семьи: фломастеры, цв. карандаши, повязка, слайды по рисунку, слайды по иллюстрациям (профессии, снежинки), предметы гигиены, иллюстрации по правам ребенка либо слайды, листы бумаги по количеству детей, смайлики.

Ход детской деятельности:

1. Мотивация: Мальчик и девочка приходят в гости к детям. Психологическая игра «Угадай, кто я?».

Задание: с завязанными глазами на ощупь по волосам определить девочку и мальчика.

2. Проблемная ситуация: все ли равны? (по силе, по развитию, по внешнему виду).

Вопросы к детям: по этикету:

- Важно ли девочке уступить место?

- Можно ли обижать слабого?

- Аккуратен ли любой из нас?

4. Игра – упражнение: «Нарядись».

Задание: нарисовать одежду мальчику и девочке (задание на программе ИКТ).

5. Игровое упражнение: «Играем в профессию» (слайды).

Задание: определить профессии женские и мужские, совмещенные.

6. Физкультминутка для снятия напряжения глаз: «Снежинки» (слайды).

7. Игра – задание: «Каждому атрибуту свое место» (предметы гигиены).

Задание: разложить атрибуты для мальчиков, девочек.

8. Тренинговые задания:

- проводи девочку до стула

- уступи место старшему

- помоги товарищу преодолеть препятствие (застегнуть верхнюю пуговицу, завязать шнурок)

9. Коллаж «Моя семья» (из семейных фото).

10. Физкультминутка: танец «Барбарики».

11. Вернисаж «Мои права и обязанности».

Цель: расширение знаний детей о своих правах и обязанностях.

Задание 1: определить по иллюстрациям наши права и обязанности.

Задание 2: схематично нарисовать право на любовь, право на семью, право на образование, право на здоровье.

12. Игра – упражнение: «Здравствуй, это я!»

Здравствуй, солнце, здравствуй, друг, здравствуй каждый вокруг…

Здравствуй, Петя, здравствуй, Саша, Маша и Наташа!

Всех приветствую, Я!

Каждой встрече рад, друзья!

Рад я Коле и Полине, рад я Мите и Ирине!

Девочкам и мальчикам,

Зайцу и зайчихе,

Медвежонку малому

И слону удалому.

Зебре, льву, мартышке

И серой мышке.

Всем большим и малым

Папам, мамам, дочкам и сыночкам.

Всех отметил, пригласил

И себя я не забыл!

Итог: задание: расположить эмоциональное состояние смайликов, схематично определить свое внутреннее состояние, показать улыбкой.

##### Занятие 4

ТЕМА: «Мир, в котором я живу»

Цель: формирование личной значимости человека в окружающем мире.

Задачи:

1. Научить распознавать хорошее и плохое в окружающем мире.

2. Развивать воображение и творчество.

3. Воспитывать у детей доброжелательное отношение к активному образу жизни.

Оборудование: игрушка волк, лабиринт, сигарета, лист ватмана, воздушный шар, смайлики, листы бумаги по количеству детей.

Ход детской деятельности:

1. Мотивация: «Волк из мультфильма «Ну, погоди!» (ничего у меня не получается, ничего я не могу).

Педагог предлагает ребятам помочь волку преодолеть трудности.

2. Игра – упражнение: «Отучаем волка от дурной привычки» (обижать слабых).

Задание: помоги Зайцу найти дорогу в детский сад (лабиринт).

4. Игра – эксперимент: «Сигарета».

Задание 1: определить по запаху и цвету вредные действия сигареты.

Задание 2: определить способы уничтожения сигареты (выбросить, смять, не покупать).

5. Игровое упражнение: «Наши привычки».

- Люби свое здоровье как самого себя.

- Курить – здоровью вредить.

- Кто спортом занимается – тот фигурой отличается.

6. Изготовление плаката «Мое здоровье – в моих руках».

Задание: расположить иллюстрации о здоровом образе жизни.

7. Физкультминутка: «На полянке» (ИКТ).

8. Написание письма семье волка.

Задание: нарисовать на листе протест вредным привычкам.

9. Игра – упражнение «Умный шар».

Задание: пдкинуть воздушный шар вверх и назвать хорошие привычки.

Итог: задание: расположить эмоциональное состояние смайликов, схематично определить свое внутреннее состояние, показать улыбкой.