План-конспект непосредственно образовательной деятельности с дошкольниками в подготовительной к школе группе.

**Тема: «В здоровом теле – здоровый дух».**

**Разработала:** Капустина Лариса Геннадьевна, воспитатель ДС № 200 «Волшебный башмачок» г.о. Тольятти

Возрастная категория: 6-7 лет

Время проведения: ноябрь 2017г.

**Интеграция образовательных областей:** «Социально-коммуникативное развитие», «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Цель.: Знакомить детей со строением тела человека. Формировать сознательное отношение к своему здоровью. Учить видеть связь между необходимостью соблюдения правил гигиены и возможными заболеваниями. Развивать желание преодолевать вредные привычки.

Задачи:

Образовательные:

1.Продолжать знакомство с особенностями строения и функциями организма человека. 2.Закреплять знания детей об органах чувств, их роли при восприятии человеком окружающего мира.

3.закреплять знания детей о мозге, об органах чувств (слух, зрение, вкус, обоняние и осязание)

.4. уточнить, какое значение для человека имеют органы чувств при восприятии им окружающего мира.

Развивающие:

1. Развивать интерес к самому себе, стремление познать себя.

2.Развивать тактильные, зрительные, слуховые, вкусовые ощущения.

Воспитательные:

1. Воспитывать культуру общения, слушая ответы товарищей, не перебивая говорящего.
2. Обеспечить двигательную активность, снять мышечный тонус.

3.Воспитывать интерес к познавательной деятельности.

**Методы и приемы:**

*Практические:* аппликация «Человек»,

*Наглядные*: работа с плакатом «Тело человека», модель с изображением мозга, половинки скорлупы грецкого ореха, д/и «Чудесный мешочек»

Словесные:с/и «Мое тело», беседа о частях тела, об органах чувств *;*артикуляционная, пальчиковая, дыхательная гимнастики, гимнастика для глаз; стихи, загадки, физминутки

**Материалы и оборудование: баночки с луком, апельсином,чесноком; дольки яблок, моркови;плакат «Тело человека; модель с изображением мозга; предметы для игры «Чудесный мешочек»**

**Работа с родителями. Создание папки – передвижки «Преодолеем вредные привычки»**

**Ход занятия.** Ребята ,сегодня я предлагаю вам отправиться в медицинский центр «Здоровье» Ой, посмотрите , а это наш знакомый доктор Айболит. Доктор, вы наверное, здесь помогаете людям стать здоровыми.

Айболит. Вы правы, ребята, я изучаю здоровье человека. А здоровье зависит от того, как работают различные органы нашего организма. Для этого нам необходимо иметь представление о частях тела человека.

Ребята, давайте вначале поиграем в игру «Мое тело» *.*

Раз, два, три, четыре, пять-  
тело будем изучать. (шагать на месте)   
Вот спина, а вот животик, (показать обеими руками свою спину, затем живот)   
Ножки. (потопать ногами)   
Ручки, (протянуть вперёд руки и покрутить кистями)   
Глазки, (указательными пальцами обеих рук показать глаза)   
Ротик, (указательным пальцем правой руки показать на рот)   
Носик, (указательным пальцем правой руки показать на нос)   
Ушки, (указательными пальцами обеих рук показать уши)   
Голова, (положить руки на голову)   
Показать успел едва (покачать головой из стороны в сторону)   
Шея крутит головой - (обхватить шею ладонями)   
Ох, устали! Ой-ой-ой

По окончании игры воспитатель предлагает детям подойти к мольберту и рассмотреть плакат «Тело человека».

Воспитатель. Что здесь изображено?

Дети. Это тело человека.

Воспитатель. Я буду называть части тела и их отделы (локоть, колено, плечо, ступня, ладонь, шея, бедро, грудь и т.д.), а вы покажите на плакате, где они находятся.

Дети выполняют задание, затем садятся за столы.

Перед вами на подносах вырезанные из бумаги изображения частей тела. Вы должны собрать из них и наклеить на лист бумаги изображение всего тела человека.

Дети выполняют аппликацию.

Каких деталей не хватает на вашем изображении?

Дети. Глаз, носа, рта, волос.

Воспитатель. Возьмите карандаши и дорисуйте их.

Дети дополняют изображения и раскладывают готовые работы на демонстрационном стенде.

Айболит. Вот мы и выяснили, из чего состоит наше тело. А знаете ли вы какой орган у человека самый главный?

( Показывает детям модель с изображением мозга)

- Кто из вас знает, как его зовут?

- Это головной мозг - самый главный наш орган, без которого мы не можем жить. (Воспитатель предлагает детям показать на себе месторасположение мозга. ). А почему он самый главный? Потому что отдает приказы всем остальным частям тела.

Человеческий мозг сложно устроен, но самая главная его часть - это кора мозга.

- На что она похожа? (Показывает половинку грецкого ореха без скорлупы и предлагает сравнить ее с "извилистыми, спутанными морщинками - бороздками" коры головного мозга)

- Сложный узор у извилин головного мозга. У каждого человека извилины различные. А знаете, дети, у нашего мозга есть секрет, хотите, я вам его открою?

- У мозга есть память. Он может запоминать на долгие - долгие годы множество запахов, картин, звуков и никогда их не забывать.

-А как вы думаете, какие органы помогают мозгу всё это запомнить?

- Правильно, это глаза, уши, нос, язык, руки.

Они помогают нам познать окружающий мир, и поэтому мы называем их нашими помощниками.

Сейчас я загадаю вам загадку, а вы попробуйте отгадать её.

Загадка

Два братца через дорогу живут, а друг друга не видят. (Глаза)  
- Глаза - это один из ценнейших органов чувств человека.

Как вы думаете зачем же человеку глаза?

Благодаря глазам мы получаем почти всю информацию об окружающем мире. Но чтобы наши глаза хорошо видели их надо беречь. Вы знаете правила по охране зрения?

Дети перечисляют правила:

Нельзя тереть глаза грязными руками.

Нужно беречь глаза от колющих и режущих предметов.

Нельзя близко и долго смотреть телевизор.

Нельзя долго играть в компьютерные игры

Нужно тренировать глаза, делать упражнения, смотреть вдаль.

***Гимнастика для глаз «*** Ах, как долго мы играли»

Ах, как долго мы играли  
Глазки у ребят устали.  
(Поморгать глазами.)  
Посмотрите все в окно,  
(Посмотреть влево-вправо.)  
Ах, как солнце высоко.  
(Посмотреть вверх.)  
Мы глаза сейчас закроем,  
(Закрыть глаза ладошками.)  
В группе радугу построим,  
Вверх по радуге пойдем,  
(Посмотреть по дуге вверх-вправо и вверх-влево.)  
Вправо, влево повернем,  
А потом скатимся вниз,  
(Посмотреть вниз.)  
Жмурься сильно, но держись.  
(Зажмурить глаза, открыть и поморгать ими.)

|  |  |
| --- | --- |
|  | А сейчас слушайте внимательно 2-ю загадку:  Загадка  Маша слушает в лесу, как кричат кукушки,  А для этого нужны нашей Маше: (ушки)  Назовите орган слуха. Дружно, хором! Это - ...  - Слух для человека - это большая ценность. Чтобы уши были здоровыми, хорошо слышали все звуки, надо за ними ухаживать, беречь их.   * Воспитатель: А мы знаем правила по охране слуха.     **Правила охраны слуха**    **Совет № 1.** Не ковыряй в ухе острыми предметами—   ты можешь повредить барабанную перепонку. Чистить уши можно только ватными тампонами.  **Совет №2** .Нельзя слушать громкую музыку, особенно в наушниках.  **Совет №3** .Защищай уши от ветра.  **Совет №4** .Не сморкайся сильно.  **Совет №5** .Не допускай попадания воды в уши.  **Совет №6** .Если уши заболели, обратиться к врачу.  **Совет №7** .Мой уши каждый день.  **Совет №8.** Каждое утро разминай ушную раковину.  Воспитатель: А сейчас я хочу проверить хороший ли у вас слух.  ***Проводится игра: "Узнай по голосу"***  Все встают в круг, водящий ребенок - в центре. Дети, взявшись за руки, идут по кругу и говорят:  Алеша (Саша, Маша и т. д. ),  Ты стоишь в кругу,  Мы зовем тебя: "Ау!".  Глаза закрывай  Кто позвал тебя, узнай!  Водящий закрывает глаза. Один из играющих называет его имя. Водящий должен определить по голосу, кто его позвал. |

3.Загадка

*Вот гора, а у горы*

*Две глубокие норы.*

*В этих норах воздух бродит:*

*То заходит, то выходит. (Нос)*

- А для чего человеку нос?

- Чтобы ваши носы хорошо дышали, предлагаю выполнить дыхательную гимнастику.

***Дыхательная гимнастика:***

Раз, два, три, четыре, пять!

Все умеем мы считать.

Отдыхать умеем тоже -

Руки за спину положим,

Голову поднимем выше

И легко - легко подышим.

- Ребята, под этими салфетками кое - что спрятано. Давайте попробуем угадать по запаху, что там находится. А наши помощники-носики нам в этом помогут.

***Игра "Узнай по запаху"***

Детям предлагается с закрытыми глазами определить по запаху, что находится в баночках. (Шоколад, апельсин, лук, лимон:) Воспитатель: Как еще можно определить, что это за продукт, не видя его? (На вкус. )

Воспитатель: А определить продукты на вкус нам помогает? Правильно язычок Поверхность языка имеет участки, каждый из которых воспринимает определенный вкус. Скажите, какими бывают продукты на вкус? (Горькими, сладкими, кислыми, солеными).

Ребята, а вы знаете, что язык помогает не только определять продукты на вкус, но и правильно произносить звуки.

Воспитатель: Для того чтобы язык был чувствительным, и правильно произносил звуки давайте научим его выполнять специальные упражнения.

Выполняется ***артикуляционная гимнастика:***

|  |  |
| --- | --- |
| Артикуляционная гимнастика в стихах - часики | Тик – так, тик – так –  Ходят часики – вот так!  Влево тик,  Вправо так.  Ходят часики – вот так!  ***Описание:*** *Рот широко раскрыть. Язык медленно горизонтально передвигать из стороны в сторону, тянуть язык к уголкам рта. Поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.* |

«Лопатка»

|  |  |
| --- | --- |
| Артикуляционная гимнастика в стихах — лопатка | Пусть язык наш отдыхает,  Пусть немножко подремает.  ***Описание:*** *Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.* |

|  |
| --- |
|  |

«Окошко»

|  |  |
| --- | --- |
| Артикуляционная гимнастика в стихах — окошко | Рот приоткрою я немножко,  Губы сделаю «окошком».  Зубки рядышком стоят  И в окошечко глядят.  ***Описание:*** *широко открыть рот — "жарко" закрыть рот — "холодно"* |

«Варенье»

|  |  |
| --- | --- |
| Артикуляционная гимнастика в стихах — Варенье | Нашей Маше очень смело,  На губу варенье село,  Нужно ей язык поднять,  Чтобы капельку слизать.  ***Описание:*** *Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком в форме "чашечки" облизать верхнюю губу и спрятать в рот* |

«Лошадка»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Артикуляционная гимнастика в стихах — Лошадка | Я лошадка – серый бок (цок, цок),  Я копытцем постучу (цок, цок),  Если хочешь, прокачу (цок, цок).  ***Описание:*** *Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, присасывая язык к нёбу, пощёлкать кончиком языка. Рот широко открывать (как лошадка цокает копытами).  «Остановить лошадку»: сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них*   |  | | --- | | *Губы вибрируют и слышен характерный звук: «тпру-у-у».* |  |  |  | | --- | --- | |  |  |  |  |  | | --- | --- | |  |  |  |  |  | | --- | --- | |  |  |  |  |  | | --- | --- | |  |  | |

«Часики» Тик – так, тик – так – Ходят часики – вот так! Влево тик, Вправо так. Ходят часики – вот так! Описание: Рот широко раскрыть. Язык медленно горизонтально передвигать из стороны в сторону, тянуть язык к уголкам рта. Поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.Молодцы. А сейчас дава «Часики» Тик – так, тик – так – Ходят часики – вот так! Влево тик, Вправо так. Ходят часики – вот так! Описание: Рот широко раскрыть. Язык медленно горизонтально передвигать из стороны в сторону, тянуть язык к уголкам рта. Поочередно менять положение языка 4 – 6 раз. йте проверим, стали ли наши язычки чувствительней?

***Игра «Угадай на вкус»***

Дети с закрытыми глазами определяют на вкус разные продукты: яблоко, морковь.

Загадка.

Твои помощники, взгляни,

Десяток дружных братцев.

Как славно жить, когда они

Работы не боятся. (Пальцы)

***Пальчиковая гимнастика*«Пальчики»**

|  |  |
| --- | --- |
| У меня есть две руки: | *Показывают руки, раскрыв ладони.* |
| Левая и правая. | *Поднимают вверх левую руку, потом правую.* |
| А на них есть десять пальцев,  Как команда бравая. | *Возвращают руки в первую позицию,*  *раздвинув пальцы.* |
| Два больших, как генералы — | *Поднимают вверх большие пальцы обеих рук, остальные сгибают к ладоням.* |
| Толстые и важные. | *Покачивают большими пальцами из стороны в сторону.* |
| Указательные пальцы —  Смелые отважные. | *Выпрямляют указательные пальцы.* |
| Вам покажут направленье,  Погрозят за поведенье. | *Выполняют движения по тексту.* |
| В центре средние стоят —  Выше всех и вдаль глядят. | *Разгибают средние пальцы.* |
| Безымянные потом — | *Разгибают безымянные пальцы.* |
| Почему-то без имен. | *Разводят руками и пожимают плечами.*  *Снова ставят руки перед грудью.* |
| А мизинцы после них. | *Разгибают мизинцы.* |
| Вот и все, окончен стих! | *Расслабляют руки и хлопают скользящими движениями ладонь о ладонь.* |

- Мы очень хорошо потренировали свои пальчики.

- Ребята, посмотрите какая у меня есть ***чудесный мешочек,*** а вам хотелось бы узнать, что в нем лежит?

- Какие помощники нам в этом помогут?

Воспитатель вызывает детей по одному, и просит определить, какие игрушки находятся в мешке.

А в конце нашей экскурсии доктор Айболит предлагает сделать небольшую разминку.

Айболит. Ребята, а что может разрушить наше здоровье?

Дети. Вредные привычки.

Айболит. Правильно. А чтобы узнать какие привычки вредные, а какие полезные поиграем в игру. На доске прикреплены два цветка, на лепестки одного цветка дети отбирают карточки с полезными привычками, а на другой – вредными.

Айболит.Ребята, а как же нужно избавляться от вредных привычек?

Дети. 1.Заниматься физкультурой и спортом. 2.Правильно питаться. 3. Играть на свежем воздухе. 4.Соблюдать правила личной гигиены.5. Следовать режиму дня.

Айболит. Друзья, мы сегодня путешествовали по медицинскому центру «Здоровье». О чем вы сегодня узнали и что вам понравилось? На этом мы заканчиваем наше путешествие небольшой веселой зарядкой:

Ножки могут быстро бегать.  
Ручки все умеют делать.   
Пальчики хватают цепко   
 И сжимают крепко-крепко  
 Чтобы быть здоровым телу,  
Надо нам зарядку делать.  
Ручки мы поднимем: «Ох!»,   
Сделаем глубокий вдох!   
Наклонимся вправо – влево…   
Гибкое какое тело!  
И в ладошки вместе: «Хлоп!»   
И не хмурь красивый лоб!  
Потянулись – потянулись…   
И друг другу улыбнулись.  
Как владеем мы умело   
 Этим стройным, сильным телом