



[2020]

**План-конспект НОД для
старшей логопедической группы
дошкольников с использованием
здоровьесберегающих технологий**

На тему: «Страна здоровья»

Воспитатель МБДОУ № 95 «Звоночек»: Артемьева
Лилия Гарриевна

**План-конспект НОД для старшей логопедической группы
дошкольников с использованием здоровьесберегающих технологий**

На тему: «Страна здоровья»

Цель: Формировать у детей необходимость заботы о своем здоровье и, в первую очередь, в правильном питании.

Задачи:

1. Сформировать у детей представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

2. Познакомить детей, как нужно заботиться и укреплять здоровье. Дать представление о микробах

3. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни;

4. Развивать речь. Развивать умение давать полные ответы на вопросы. Обогащать словарь детей: микроскоп, лупа, микроб.

5. Познакомить детей с понятием «полезная и вредная пища», закрепить знания о пользе витаминов. Воспитывать доброе отношение к окружающим. Уточнить знания детей витаминов групп А, В, С, D

Методы и приёмы:

- практические -сюрпризный момент, создание проблемной ситуации, игра, упражнения, эксперимент, физкультминутка
- наглядные: рассматривание иллюстраций, прослушивание, показ.
- словесные: беседа, сказка, загадывание загадок.

Материалы и оборудование: микроскоп, лупы, иллюстрации спортсменов; фотографии детей с различными эмоциями; надувное «сердечко». Изображения "здоровичков", сделанные в виде пазла, картинки с различными продуктами: морковь, молоко, капуста, редиска, чеснок, лимон, апельсин, рыба, творог, помидор, хлеб, яблоко, конфеты, чипсы, пирожное;

Ход занятия

I. Вступительная часть

Дети входят в группу. Сюрпризный момент

Воспитатель: Сегодня к нам пришли гости. Поздоровайтесь с Витаминкой.

Витаминка: Здравствуйте, ребята! Я Витаминка! Яркая и вкусная! И сегодня я пришла к вам за помощью! У меня случилась беда! Я потеряла своих братьев и совсем не могу их найти! Вы не знаете, где живут витамины? Нигде их не встречали? (ответы детей)

Ягоды, овощи и фрукты - это плоды растений. А растения растут на свежем воздухе, где много солнечных лучиков и теплого дождика. Мы с вами знаем, что солнце, воздух и вода...

Дети: Наши лучшие друзья.

Витаминка: Солнечный луч попадает на зеленый лист и гаснет, но не пропадает, с его помощью в листе возникнут необходимые для растения вещества, возникают и витамины. Их принято обозначать буквами А, В, С, D, РР, Е, К.

Ребята, витамины содержатся в разных продуктах питания и очень помогают развитию нашего организма.

Воспитатель предлагает прокатиться на поезде.

Предлагает отправиться в страну здоровья.

II. Основная часть

Дети строят поезд из стульчиков. Занимают места и отправляются в путь.

Отвечают на вопросы:

- А вы когда-нибудь вдумывались в смысл слова «Здравствуйте»?
- Что же такое здоровье?
- Как здоровье сохранить?

Дети отправляются в страну «Здоровья» в гости к Здоровячкам.

Воспитатель объявляет первая станция.

Предлагает сесть за столы.

Воспитатель задает вопросы.

Воспитатель рассказывает детям о микроскопе.

Предлагает рассмотреть с помощью лупы кусочки грязного яблока.

Воспитатель зачитывает детям стихотворение.

Показать иллюстрации, на которых изображены микробы, и задает вопросы:

Дети прибыли на первую станцию «Чистота - залог здоровья»

Сядут за столы, на них лежат лупы, кусочек грязного яблока, огурца.

Дети отвечают на вопросы:

-Зачем нужно мыть руки?

-Что может произойти, если перед едой не мыть руки?

Загадки про витамины:

Отгадайте загадки об овощах, в которых содержится витамин «А»:

Красный спрятан корешок

Сверху виден лишь вершок,

А подцепишь ловко

И в руках ... (*морковка*).

Под палящим солнцем рос

Золотистый... (*Абрикос*)

Королевич из садов

Всех порадовать готов.

Есть с румяньким бочком

И с весёлым червячком.

Кругленькое с ямочкой

Наливное...(яблочко)

Дидактическая игра «Найди нужный фрукт или овощ»

Детям предлагается из корзины с овощами и фруктами выбрать те, в которых содержится витамин А.

Витаминка: Есть ещё витамины группы «В». Витамин В— витамин радости. А еще он нужен, чтобы быть сильным и ловким.

Воспитатель: Молодцы ребята хорошо справились!

Витамин «В» способствует улучшению пищеварения, хорошей работе сердца. Когда его нет или мало в организме - человек плохо спит, много плачет. В детском саду наши повара варят вам каши из круп. Ой, Ребята, кто-то перемешал крупу? Давайте всё исправим: у вас очень ловкие пальчики и они быстро переберут крупу.

Витамин С. – Самый известный витамин , он оберегает от простуды и укрепляет иммунитет.

Послушайте загадку о продукте, в котором содержится витамин С:

Там на грядке вырос куст,

Слышно только хруст, да хруст.

В щах, в солянке густо -

Это я ... (*капуста*).

Игра «Кто лишний»

– Ребята, посмотрите на доску и определите, какие картинки здесь лишние и почему?

*капуста *морковь *лимон * абрикос * карусель.

Воспитатель: Молодцы ребята! Для того чтоб быть здоровыми обязательно нужно делать зарядку.

Пейте все томатный сок,

Ходьба на месте

Кушайте морковку!

Руки к плечам, руки вверх.

Все ребята будете

руки на пояс, наклоны в сторону

Крепкими и ловкими

руки на пояс, приседания.

Грипп, ангину, скарлатину -

руки на пояс, прыжки

Все прогонят витамины!

ходьба на месте.

Дидактическая игра «Да – нет»

Витаминка: Чтобы пища хорошо усваивалась нужно соблюдать правила питания. Я вам буду сейчас читать правила, и если вы согласны со мной, то отвечайте : «Да!» Если нет , то «Нет!»

- Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.

- Есть нужно в любое время, даже ночью.

- Надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
- Есть надо быстро.
- Пищу нужно глотать не разжевывая.
- За столом нужно разговаривать, махать руками.
- Полоскать рот после еды вредно.

Воспитатель предлагает провести массаж лица «Умывалочка».

Дети повторяют слова и движения за воспитателем:

массаж лица « Умывалочка»

Надо, надо нам помыться (хлопают в ладоши)

Где тут чистая водица (показывают руки то вверх ладонями, то тыльной стороной)

Кран откроем ш-ш-ш (делают вращающиеся движения кистями)

Руки моем ш-ш-ш (растирают ладони друг о друга)

Щёчки, шейку мы потрём (энергично поглаживают щёки и шею)

И водичкой обольём (мягко поглаживают ладонями лицо ото лба к подбородку).

Дети отвечают на вопросы:

- Как часто надо мыть руки?
- Можно ли есть не мытые овощи и фрукты?

Дети прибыли на следующую станцию «Спортивная»

Дети рассматривают картинки.

Отвечают на вопросы:

- Кто такие спортсмены?
- Какие виды спорта вы знаете?
- Зачем нужно заниматься спортом?

Физминутка (под музыку)

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! (сгибают руки к плечам)

Дети занимают свои места в поезде.

Витаминка: Молодцы, ребята! Мы с вами повторили правила питания.

Итог занятия:

Ну, что, ребята, на этом наше занятие подошло к концу. Что сегодня вы узнали нового? Наш организм должен получать с пищей все, что ему необходимо для жизни. Чтобы ему помочь, надо регулярно кушать разнообразную пищу и пить воду. Нужно есть и фрукты, и молочные продукты, и каши, и овощи. Весной и зимой необходимо покупать витамины в аптеке, т. к. в это время года в нашем организме витаминов мало становится, наше самочувствие ухудшается, и мы начинаем болеть. Поэтому нужно употреблять витамины. Они бывают в виде драже, таблеток, капсул (показывает).

Литература:

1. Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. Будь здоров. Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. Правильное питание. Дидактические игры и игровые задания.– СПб.: «Детство-Пресс», 2011.
2. Крылов Н.И. Здоровье-сберегающее пространство ДОУ. / Н.И. Крылов. – Волгоград: Учитель, 2009.
3. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье». Методическое пособие. / Т.А. Шорыгина. –М.: Творческий центр «Сфера», 2014. – 187 с.