

# «Цветок здоровья»

(Средняя группа)

## Цель:

формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

## Задачи:

формировать потребность в осознанной двигательной активности, физическом совершенствовании как основы здоровья;  
воспитывать у детей ценностного отношения к здоровью;  
развивать мотивацию к сбережению своего здоровья.

## Предварительная работа:

- занятия, беседы, дидактические игры, чтение книг.
- рассматривание иллюстраций: режим дня, виды спорта, продукты.

## Структура занятия:

- *Водная часть:* психогимнастика, проблемная ситуация;
- *Основная часть:* 1 и 2 часть занятия;
- *Заключительная часть:* 3 часть занятия рефлексия.

## Технологическая карта

№	Этап занятия	Ход занятия		
		Деятельность педагога	Деятельность детей	Время
1.	<b><u>ВВОДНАЯ ЧАСТЬ</u></b>  <b>Организационный момент</b>	- Ребята, нам пришло письмо от жителей планеты Здоровья, в котором сообщается, что есть удивительный, волшебный цветок - цветок Здоровья! Кто его раскроет, тот станет здоровым и сильным. Растет этот цветок в волшебном саду. Но там приключилась беда, подул ветерок и оторвал лепестки цветка. Подхватил все лепестки и разбросал их. Надо помочь цветочку, чтобы он снова ожил и одарил всех своей волшебной силой здоровья.		1 мин.
2.	<b>Проблемная ситуация (или мотивация) и постановка и принятие детьми цели занятия</b>	- Поможем жителям планеты Здоровья?  - Тогда отправляемся на поиски, а жители страны Здоровья хотят нам помочь и приготовили подсказки.	Да!	1 мин.
3.	<b><u>ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ</u></b>  <b>Проектирование решений проблемной ситуации, актуализация</b>	- И вот первая подсказка. Первый лепесток спрятан там, где стоят кубики.  - Молодцы, Посмотрите, что здесь изображено?  - Правильно! Давайте с вами сделаем	Дети находят конверт  Зарядка!	16 мин.

	<p><i>знаний, или начало выполнения действий по задачам НОД</i></p>	<p>зарядку.</p> <p>Ручки-ручки — потягушки</p> <p>И ладошки — похлопушки.</p> <p>Ножки-ножки – топотушки,</p> <p>Побегушки, попрыгушки.</p> <p>С добрым утром, ручки,</p> <p>Ладошки и ножки,</p> <p>Щёчки-цветочки – чмок!</p> <p>- Когда мы делаем зарядку?</p> <p>- Зачем нам нужно делать зарядку?</p> <p>- Вот мы нашли первый лепесток цветка! И вторая подсказка, следующий лепесток спрятан там, где стоят машины.</p> <p>- Молодцы, Посмотрите, что здесь изображено?</p> <p>- Это волшебное дерево, а узнать что на нем растет нам помогут загадки.</p>	<p>Дети выполняют движения по тексту.</p> <p>Каждое утро. Чтобы быть здоровыми и сильными.</p> <p>Дети находят конверт</p> <p>Дерево</p>	
--	---	---	--	--

		<p>Ускользает, как живое, Но не выпущу его я, Дело ясное вполне- Пусть отмоет руки мне</p> <p>Пластмассовая спинка, Жесткая щетинка, С зубной пастой дружит, Нам усердно служит.</p> <p>И махровое, и гладкое бывает, Кто помылся, тот о нем не забывает Взрослого, младенца Вытирает...</p> <p>Хожу, брожу не по лесам, А по усам, по волосам.</p>	<p>Мыло</p> <p>Зубная щетка</p> <p>Полотенце</p>	
--	--	---	--	--

		<p>И зубы у меня длинней, Чем у волков, и медведей.</p> <p>Я увидел свой портрет, Отошел – портрета нет.</p> <p>- Правильно! А как можно одним словом назвать все эти предметы?</p> <p>- Молодцы! Вот мы нашли второй лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где лежат продукты.</p> <p>- Молодцы, Посмотрите, что здесь изображено?</p> <p>- Ребята, помогите мне пожалуйста отобрать в одну корзину овощи, а в другую фрукты.</p> <p>- Чем полезны овощи и фрукты?</p> <p>- Молодцы! Вот мы нашли третий лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, на кухне.</p> <p>- Молодцы, Посмотрите, что здесь</p>	<p>Расческа</p> <p>Зеркало</p> <p>Предметы гигиены</p> <p>Дети находят конверт</p> <p>Продукты питания</p> <p>Дети собирают в одну корзину овощи, в другую фрукты</p> <p>Витаминами</p> <p>Дети находят конверт</p>	
--	--	---	---	--

		<p>изображено?</p> <p>- Правильно! Давайте поиграем в игру «Волейбол»</p> <p>- Зачем нам нужно заниматься спортом?</p> <p>- Молодцы! Вот мы нашли четвертый лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где вы кушаете.</p> <p>- Молодцы, Посмотрите, что здесь изображено?</p> <p>- Правильно! А по-другому можно сказать режим дня. Люди давно пришли к выводу о том, что для хорошего самочувствия, необходимо чередовать все виды деятельности: труд, отдых, сон, т.е. соблюдать режим дня.</p> <p>- Сейчас проверим, знаете вы их или нет. Если это правильно –хлопайте в ладоши, если нет – топайте ногами.</p> <p>- Просыпаемся мы утром.</p>	<p>Дети которые занимаются спортом</p> <p>Дети делятся на две команды, выбросить все шарики со своей площадки</p> <p>Чтобы быть здоровыми, сильными, смелыми.</p> <p>Дети находят конверт</p> <p>Утро, день, вечер и ночь</p>	
--	--	---	---	--

		<p>Завтракаем мы вечером</p> <p>Ужинаем вечером</p> <p>Играем днем</p> <p>Умываемся вечером</p> <p>Гуляем ночью</p> <p>Обедаем днем</p> <p>Спим ночью.</p> <p>- Молодцы! Вот мы нашли четвертый лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где вы кушаете.</p> <p>- Молодцы, Посмотрите, что здесь изображено?</p> <p>- Чтобы быть здоровыми нужно не только заниматься спортом, но и отдыхать, а лучше всего это делать на природе.</p> <p>- Давайте закроем глаза, представим, что мы с вами находимся в лесу. Посидим тихонько. Послушаем щебетание птиц, как листья шумят на ветру и тихонечко падают на землю. Возможно, вы услышите еще какие-то</p>	<p>Дети находят конверт</p> <p>Полянка</p>	
--	--	--	--	--

		звуки... Теперь медленно открываем глаза. Отдохнули?	Ответы детей	
4.	<b><u>ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</u></b>  <b><i>Итог занятия. Систематизация знаний.</i></b>	- Какие вы молодцы! Ребята, мы нашли с вами все части цветка здоровья. Давайте соберем цветок и вспомним из каких составляющих частей состоит цветок здоровья?	Зарядка, правильное питание, занятия физкультурой, соблюдение режима дня, соблюдение правил личной гигиены.	1 мин.
5.	<b><i>Рефлексия</i></b>	- Ребята, вам понравилось наше приключение?  - Что больше всего вам понравилось?  - А какое у вас сейчас настроение?  - Хорошее настроение – это тоже залог здоровья.	Ответы детей.	1 мин.