Методическая разработка НОД «Путешествие в страну Здоровье»

**Мукимова Ольга Александровна**

Методическая разработка занятия «Путешествие в страну Здоровье»

**Актуальность:** Здоровье – это награда, которую получает человек за усердие. Здоровый человек – это, как правило, образованный человек, усвоивший одну простую истину: «Чтобы стать здоровым, надо научиться быть здоровым». А учить нужно начинать с самого раннего возраста.

**Цель:** Закрепить представления детей о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Программное содержание:**

Закрепить представления детей о влиянии на здоровье двигательной активности;

Развивать у детей логическое мышление через умение делать выводы;

Воспитывать чувства товарищества и взаимопомощи.

**Оборудование:** Значки, карта путешествия, картинки «Средства гигиены», картинки на магнитах «Продукты питания», картинка человека, картинка дерева.

**Ход занятия:**

*I. Организационный момент в кругу:*

-Здравствуйте, ребята! Вы знаете, что слово «Здравствуйте» не только вежливое слово-приветствие, но и слово- пожелание. Пожелание здоровья.

*II. Основная часть:*

К нам сегодня в группу пришло письмо от жителей из страны Здоровье:

«Здравствуйте, ребята. В нашей стране есть «дерево здоровья». Оно стало грустным и тусклым, потому что мы все заболели. Чтобы сделать дерево весёлым, нужны значки. А чтобы получить эти значки, нужно нас вылечить. Помочь нам можете только вы!»

К письму прилагается карта путешествия.

• Первая остановка – город «Чистюлькино».

В этом городе жители любят чистоту. Их главное правило – «Чисто жить – здоровым быть».

Задание: жители города растеряли все предметы гигиены; нужно разгадать загадку и найти этот предмет среди картинок.

1. Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и мышей.

(Расчёска)

2. Вместе с мылом и водой

Я слежу за чистотой

Пены для меня не жалко

Разотру вас, я …

(мочалка)

3. Белая река

В пещеру затекла

Чистит добела.

(зубная паста)

4. Костяная спинка,

Жёсткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.

(зубная щётка)

5. Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою

Что это такое?

(полотенце)

6. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я!

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится!

(мыло)

7. Ты возьми меня с собою

Вмиг я волосы помою.

(шампунь)

Жители города в знак благодарности за помощь дарят ребятам Значок.

• Следующая остановка – город «Здоровоежкино».

Жители этого города следят, чтобы все правильно питались. Но все полезные и не очень полезные продукты перемешались, и поэтому жители заболели.

Задание: Выбрать полезные продукты для человека (на доске на плакате нарисован человек, продукты на магнитах).

За выполненное задание ребята получают Значок.

• Чтобы узнать в какой город отправляться дальше, нужно отгадать загадку.

Кто гантели поднимает,

Дальше всех ядро бросает,

Быстро бегает, метко стреляет?

Как одним словом их называют?

(спортсмены)

Именно спортсмены живут в этом городе, А называется этот город «Физкультурино».

Однажды жители этого города не пошли на зарядку и заболели.

Задание: сделать зарядку.

Физминутка.

За выполненное задание дети получают Значок.

• Следующий город – «Закалкино».

Задание: рассказать как нужно закаляться.

За выполненное задание дети получаю Значок.

Новая информация: Педагог рассказывает о пользе точечного массажа.

Точечный массаж «Неболейка».

Чтобы горло не болело,

Мы его погладим смело.

(поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)

Чтоб не кашлять не, не чихать,

Надо носик растирать.

(указательными пальцами растирать крылья носа).

Лоб мы тоже разотрём

Ладошку держим козырьком/

(прикладывать ко лбу ладони «козырьком», растирать его движениями в стороны).

«Вилку» пальчиками сделай

Массируй ушки ты умело.

(раздвигать указательные и средние пальцы и растирать точки перед ушами и за ними)

Знаем, знаем, да-да-да

Нам простуда не страшна.

(потирать ладони).

• Следующая остановка «Дерево здоровья».

Дерево стоит грустное, болеющее.

Ребята приклеивают заначки на дерево. Дерево стало ярким, весёлым!

*III. Рефлексия.*

(в кругу) Смогли ли помочь?

Что для этого сделали?

Какие трудности встретили?

Что нового узнали?

**Список используемых источников:**

1. Вавилова, Е. Н. Укрепляйте здоровье детей. М. : Просвещение, 1986.-128с.

2. Мельничук, В. М. Я и моё здоровье. Новосибирск: НГУ, 1998.-48с.

3. Новикова, И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. М. : Мозаика - синтез, 2009.- 96с.

4. Понаморев, С. А. Растите малышей здоровыми, М. : СПАРТ, 1992.-96с.