

Смоленское областное государственное
бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр диагностики и консультирования»

Конспект
непосредственно образовательной деятельности
для детей с ограниченными возможностями здоровья
старшей группы

«Мое здоровье»

Подготовил: Майорова Н.Н.,
воспитатель

Смоленск, 2020 г.

Непосредственная образовательная деятельность (далее – НОД) ориентирована на группу обучающихся с тяжелыми нарушениями речи старшего дошкольного возраста.

НОД интегрирует несколько образовательных областей, в соответствии с ФГОС дошкольного образования: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие».

Продолжительность НОД: 25 минут

Оптимальное число обучающихся: до 15 человек.

Формы проведения: беседа, игра, упражнение.

Цель: формирование у детей навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- способствовать формированию ценностного отношения детей к своему здоровью.
- показать значимость полезных привычек для укрепления здоровья человека.
- развивать у детей потребность в соблюдении правил здорового образа жизни.

Ожидаемый результат: формирование у обучающихся предпосылок к ценностному отношению к собственному здоровью.

План образовательной деятельности

1. Здоровье – человеческая ценность.

- Игра «А ну ка угадай!». Цель: раскрыть тему занятия.
- Игра «Ромашка». Цель: с помощью народных пословиц сформулировать понятие «здоровье».
- Игра «Плот». Цель: продемонстрировать ценность здоровья для каждого человека.

2. Здоровый образ жизни.

- Упражнение «Наши привычки». Цель: раскрыть понятия вредных и полезных привычек для здоровья человека.
- Игра «Верно-неверно». Цель: выяснить, какие действия человека относятся к ЗОЖ.

3. Как сохранить здоровье.

- Викторина «Правила ЗОЖ». Цель: на примере художественных произведений и мультипликационных фильмов закрепить материал занятия.

Оборудование и материалы: магнитная доска, магниты, таблички для игры «А ну-ка угадай!», лепестки «Ромашки», ватман, 5 наборов картинок с привычками человека (10 шт.).

Ход образовательной деятельности:

Воспитатель – Здравствуйте. Сегодня у нас пройдет необычное занятие. Ребята, послушайте, что нам написал в письме доктор Айболит:

Игра «А ну ка угадай!»

Загадки:

- Оля смотрит на кота,
На картинки, сказки.
А для этого нужны
Нашей Оле ... (глазки)
- Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
руки мыть не ленится (мыло).
- Что можно увидеть
с закрытыми глазами? (сон).
- Ношу их много лет,
А счету им не знаю (волосы).
- Дождик теплый и густой,
Этот дождик не простой:
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов (душ).
- Пять братьев –
Годами равные,
Ростом разные (пальцы).
- У двух матерей
По пять сыновей –
Одно имя всем (руки).
- Не часы,
А тикает (сердце).

Подведение итогов:

Воспитатель – Давайте подумаем, зачем нам доктор Айболит загадал такие загадки? На что он хотел обратить наше внимание? (На нас, на наши части тела и что их надо держать в чистоте).

Воспитатель – Верно, а как называется одним словом то состояние, когда у нас ничего не болит? (Здоровье)

Воспитатель – Правильно! А кто мне может сказать, что же это такое? (Мнения детей).

А еще доктор Айболит предлагает поиграть.

Игра «Ромашка»

Описание игры: на доске размещается цветок «Ромашка» с отрывными лепестками. На каждом лепестке написана одна пословица. Детям предлагается объяснить смысл народных пословиц о здоровье.

Материалы: магниты, магнитная доска, лепестки цветка.

Ход игры:

Воспитатель – Посмотрите, у меня есть замечательный цветок – ромашка. На каждом его лепестке надпись. Давайте прочтем их (дети объясняют значение каждой пословицы).

«Здоровье не купить» (Здоровье дано нам природой, если человек теряет его, то вернуть его будет очень трудно, придется много лечиться).

«Болезнь человека не красит» (Больной человек всегда плохо выглядит, становится раздражительным, капризным).

«Труд – здоровье, лень – болезнь» (Каждый человек должен трудиться. Здоровый человек трудится с удовольствием, с желанием, у него все хорошо и быстро получается).

«Здоровье дороже богатства» (Бездумно растраченное здоровье, не вернут никакие врачи, сколько бы ты не заплатил).

«Береги платье снову, а здоровье смолоду» (Для того чтобы сохранить здоровье, его необходимо беречь каждый день, каждую минуту, соблюдать правила ЗОЖ).

Подведение итогов:

Воспитатель – Что доктор Айболит хотел, чтобы мы запомнили из этой игры? (Надо заботиться о своем здоровье, соблюдать правильную диету, воспитывать полезные привычки. Здоровый человек – это человек не только со здоровым телом, но и человек, у которого замечательное настроение и хорошие отношения с окружающими людьми.)

А следующее задание для нас придумал Бармалей, он хочет проверить какие мы ловкие и смелые. Прошу выйти добровольных участников (4 – 5 человек).

Игра «Плот» (3 мин.)

Описание игры: участникам предлагается большой лист ватмана, на который они все должны поместиться, не наступая на пол. Величина листа подбирается в зависимости от величины группы. На «плоту» нужно продержаться 30 секунд. Затем к «плоту» подплывает «акула» и небольшой кусочек ватмана вырезается. Задача повторяется. И так до тех пор, пока не останется четвертая часть ватмана.

Ход игры:

Воспитатель – Я приглашаю 5 участников. Мы превращаемся в команду отважных мореплавателей, которая терпит кораблекрушение, но в последний момент успевает высадиться на спасательный плот. Все хорошо: море спокойное, светит солнышко. Отважные моряки смотрят вдаль с надеждой увидеть землю. Но вместо земли они замечают, что к ним стремительно приближается акула.

Задача для моряков: как можно дольше удержаться на плоту.

Задача для акулы: постепенно «отламывать» часть плота.

Материалы: лист ватмана.

Подведение итогов:

Воспитатель – Большое спасибо всем участникам. У нас была отважно сражавшаяся команда моряков и злая акула. Но это была игра и в нашей жизни такого, конечно же, не произойдет.

А теперь на одну секунду давайте представим, что плот это организм человека. А голодная акула – это болезни и вредные привычки. Так очень легко увидеть, как они могут пошатнуть здоровье.

Вопрос: Давайте подумаем, а что же такое привычка человека. (Мнения детей).

Привычка – это какое-либо действие, которое человек выполняет постоянно. Но в состоянии его контролировать, при желании способен отказаться от него. Привычки бывают разные. Вредные привычки мешают человеку сохранять здоровье. А есть полезные привычки, и их намного больше. Эти привычки помогают каждому из нас беречь здоровье.

Вопрос: А какие это привычки? (Мнения детей).

Для того чтобы лучше разобраться в том какие из привычек полезны, а какие вредны для здоровья, хочу предложить задание: карточки с полезными привычками прислал доктор Айболит, а картинки с вредными – Бармалей, вам надо определить какие привычки вредные, а какие полезные.

Упражнение «Наши привычки»

Описание упражнения: воспитатель предлагает детям в подгруппах (4-5 человек) одинаковые комплекты картинок с изображением «вредных» и «полезных» привычек человека. Дети должны разделить их, объяснить свое решение.

Материалы: наборы картинок (10 шт.), картинки А4, магниты.

Подведение итогов: каждая команда предлагает по одной из привычек. Дети комментируют свой выбор. Ведущий корректирует ответы детей.

Воспитатель – Скажите, а каких привычек у вас больше? Наверное, полезных? Давайте проверим.

Игра «Верно-неверно»

Описание игры: воспитатель произносит какое-либо действие. В зависимости от того, как оно влияет на наше здоровье, дети выполняют условные знаки.

Ход игры:

Воспитатель – Ребята я буду произносить какое-либо действие. Ваша задача, в зависимости от того, как оно влияет на наше здоровье, хлопать в ладоши (если сохранять – хлопок, если мешать – сидеть спокойно).

Примеры фраз:

- Надо трудиться
- Соблюдать чистоту
- Закаляться
- Делать зарядку
- Весело жить
- Смеяться
- Заниматься спортом
- Гулять побольше
- Слушать родителей

- Одеваться по погоде
- Мыть руки
- Лениться
- Мало двигаться
- Ходить зимой без шапки
- Грустить
- Простужаться
- Унывать
- Ссориться с друзьями
- Есть много сладкого

Подведение итогов:

Воспитатель – Вы хорошо справились с заданием. Теперь я вижу, что вы здоровые ребята. А для того, чтобы сохранить свое здоровье необходимо вести здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни – это все, что помогает нам сохранить и укрепить здоровье.

Существует немало правил ЗОЖ, которые соблюдают все люди.

Викторина «Правила здоровья»

Описание: воспитатель зачитывает вопросы о героях литературных произведений и мультфильмов, связанных с ЗОЖ. Выслушивает и обсуждает ответы детей.

Ход викторины:

Воспитатель – Я приготовила для вас вопросы о ваших любимых сказочных персонажах, в которых содержатся основные правила ЗОЖ.

Вопросы:

1. О каком правиле забыл Вини-Пух в гостях у Кролика?

Ответ: нельзя много есть, можно поправиться.

Правило: не переедать, не жадничать.

2. Какой мультипликационный мальчик стремился к жизни в деревне Простоквашино?

Ответ: Дядя Федор.

Правило: находиться на свежем воздухе, трудиться.

3. В каком произведении Корнея Чуковского встречаются эти строки:

«... Надо, надо умываться
По утрам и вечерам,
А нечистым трубочистам –
Стыд и срам!
Стыд и срам!...»

Ответ: «Мойдодыр».

Правило: соблюдать правила гигиены.

4. Какой мультипликационный герой произносил фразу: «Давайте жить дружно»

Ответ: Кот Леопольд.

Правило: необходимо поддерживать дружеские и дружелюбные отношения с людьми.

5. Какой сказочный доктор самый добрый?

Ответ: Доктор Айболит

Правило: необходимо посещать врача, делать профилактические прививки.

6. Какое желание Жени, в сказке «Цветик-семицветик» оказалось самым правильным?

Ответ: пожелать Вите здоровья.

Правило: стараться сохранить здоровье, желать здоровья другим.

Воспитатель – Ребята, я не зря задала вам вопрос о необходимости сохранения человеком здоровья. Теперь пришло время сорвать последний лепесток на нашей волшебной ромашке. «Береги платье снову, а здоровье смолоду». Для того чтобы сохранить здоровье, его необходимо беречь каждый день, каждую минуту, соблюдать правила ЗОЖ.

И я, ребята, уверена, что каждый из вас бережет свое здоровье. Давайте, скажем об этом родителям, родственникам, друзьям, чтобы таких ребят стало еще больше.

Список использованной литературы:

- 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов. Сост. Н.В. Елкина. – Ярославль: 1997.
- Твое здоровье. Укрепление организма. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. – С.-Пб.: 1998
- Хрестоматия для детей старшего дошкольного возраста. Сост.: З.Я.Рез. – М.: 1990.
- Г. К. Зайцев. Уроки Знайки. Воспитай себя.– С –Пб.: 1999.
- Реабилитационная программа «Перекресток». Авторы-сост. А.В. Терентьева, О.И. Ивашин, В.В. Москвичев. – М.: 2000.