

**МБДОУ Детский сад**

**«Ягодка»**

**Проект по  
здоровьесберегающим  
технологиям «Здоровейка»**

**Воспитатель: Монохонова М.Н**

Цель проекта: Создание оптимальных условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; формирование привычки здорового образа жизни.

Задачи:

- 1.Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.
- 2.совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.
- 3.Повысить профессиональное мастерство по теме «Здоровый образ жизни».
4. Создать единое воспитательно – образовательное пространство на основе, доверительных партнёрских отношений сотрудников ДООУ с родителями.

Участники проекта: Воспитатели, дети старшей группы и их родители.

Срок реализации проекта: Краткосрочный ( три недели ).

Авторы проекта: воспитатель старшей группы

Вид проекта: Практико – ориентированный.

Актуальность: Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей; определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации; раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни.

Пути реализации:

- утренняя гимнастика ,гимнастика после сна,дыхательная гимнастика, физминутки, пальчиковая гимнастика.
- Нод занятия;
- беседы;
- чтение художественной литературы;
- дидактические и подвижные игры ;
- отгадывание загадок;
- игровые ситуации;
- консультации для родителей;
- спортивное мероприятие совместно с родителями;
- индивидуальные беседы с родителями.

Ожидаемые результаты:

1. Обеспечение успешного личностного развития воспитанников, стабилизация их интересов, творческих проявлений, формирование позитивной деятельности на основе изучения знаний о своем здоровье, практическая заинтересованность в проектировании своего будущего.

2. Формирование у детей физической культуры, обеспечивающей завтрашний здоровый день семьи и государства.
3. Результаты деятельности будут способствовать формированию открытого образовательного пространства – возникновению новых социокультурных проектов, поддержке образовательных инициатив.

#### 1. Этапы реализации проекта:

##### I этап – подготовительный (организационный):

Изучение уровня осведомленности и мотивации родителей в вопросах формирования, укрепления и поддержания здоровья дошкольников.

Изучение научно – методической литературы по проблеме: - новых методик и технологий физического развития и оздоровления детей.

##### II этап – основной:

##### Оздоровительные мероприятия ( ежедневно):

- Утренняя гимнастика;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Подвижные и спортивные игры;
- Пальчиковая гимнастика с проговариванием стихотворных форм;
- После сна: Гимнастика в постелях, ходьба по ребристой дорожке, самомассаж ушей, закаливающие процедуры.

##### III этап – итоговый (обобщающий).

Физкультурный праздник «Здоровые дети в здоровой семье».

- План поэтапной реализации проекта:

Закаливающие мероприятия. Цель закаливания: тренировка защитных сил организма, выработка способности быстро адаптироваться к новым условиям; оздоровление и профилактика простудных и инфекционных заболеваний.

- Утренняя гимнастика под музыку;
- Проветривание помещений;
- Умывание после сна;
- ходьба по массажным коврикам после сна;
- Пальчиковые игры и физминутки;
- Босохождение после сна;
- Гигиенические и водные процедуры по режиму дня, в соответствии с требованиями. (умывание, мытьё рук);
- Прогулки на свежем воздухе;
- Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха в помещении.

Спортивное мероприятие «Веселые старты» (приложение 1)

Цель: формировать у детей интерес к спорту и физкультуре. Создавать положительный эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение.

Задачи:

- развивать двигательные навыки: быстроту, координацию, выносливость;
- расширять кругозор детей;
- воспитывать в детях дружелюбие, умение радоваться успехам друг друга.

Лепка «Спортсмен с гантелями» (приложение 2)

Цель: продолжать развивать умение у детей лепить фигуру человека из целого куска пластилина, самостоятельно использовать в работе известные способы лепки (сглаживать, вдавливать, украшать с помощью наклепов).

Задачи:

- упражнять в работе по схеме;
- упражнять конструктивные способности: передавать в лепке характерный вид спорта;
- воспитывать у детей интерес изобразительной деятельности, самостоятельности..

Беседа с детьми «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу» (приложение 3)

Цель: учить детей заботиться о своем здоровье, познакомить с понятием «витамины», расширять и закреплять знания о влиянии витаминов на здоровье человека.

Задачи:

- дать представление о витаминах и продуктах, в которых содержатся их наибольшее количество;
- познакомить с группами витаминов, объяснить, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении для здоровья человека;
- развивать мышление, внимание, воображение;
- воспитывать у детей потребность в сохранении своего здоровья

Аппликация «Витаминки в корзинке» (приложение 4)

Цель: рассказать детям об осени, о времени сбора урожая, о витаминах, содержащихся во фруктах.

Задачи:

- научить детей выполнять несложную аппликацию из геометрических фигур
- кругов и овалов, правильно работать с ножницами и клеем;
- совершенствовать технику вырезания;
- закреплять знания о полезности фруктов;
- развивать аккуратность и собранность;
- воспитывать стремление к творческому труду.

Дидактическая игра «Где живут витаминки?» (приложение 5)

Цель: формирование элементарных представлений о влиянии продуктов питания на здоровье человека.

Задачи:

познакомить детей с пищевыми продуктами, наиболее ценными для здоровья человека;

закрепить представление детей о значении витаминов для организма человека;

воспитывать осознанное отношение к правильному питанию;

развивать зрительное восприятие, связную речь и словарный запас.

Чтение художественного произведения Корнея Чуковского «Федорино горе» (приложение 6)

Цель: продолжать знакомить с творчеством Корнея Чуковского. Помочь детям понять юмор этого произведения.

Задачи:

- развивать и обогащать речь детей;

- воспитывать отношение к домашней утвари и чистоплотности.

Беседа с детьми «Наши верные друзья» (приложение 7)

Цель: объяснить детям какое значение имеет формирование правильной осанки для здоровья.

Задачи:

- дать представление о причинах возникновения неправильной осанки для здоровья;

- показать приемы и упражнения по формированию правильной осанки;

- воспитывать желание быть здоровыми и красивыми.

Беседа «Микробы и вирусы».

(приложение 8)

Цель: Дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах).

Задачи:

1. Привлечь личный опыт детей, рассказать об инфекционных болезнях и как они передаются от человека к человеку.

2. Напомнить, что следует заботиться не только, о своем здоровье, но и о здоровье окружающих.

3. Воспитывать чистоплотность, уважение к окружающим.

Спортивное мероприятие с детьми «Чтоб здоровье сохранить - научись его ценить» (приложение 9)

Цель: Привлекать детей к занятиям спортом. Познакомить с правильным поведением в коллективе. Учить детей проявлять смекалку, находчивость, внимание.

Задачи:

- прививать любовь к занятиям физкультурой и спортом;

- развивать ловкость, быстроту, выносливость;

- закреплять полученные на занятиях физкультуры навыки и умения, применять их в игровой обстановке;
- - развивать у детей морально-волевые качества;
- - воспитывать “здоровый дух соперничества”, чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручка

Результативность: Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый образ жизни, ценили своё здоровье и здоровье окружающих.

## Приложение 1.

Сценарий спортивного развлечения «Весёлые старты» в старшей группе

Цель: формировать у детей интерес к спорту и физкультуре. Создавать положительный эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение.

Задачи:

- развивать двигательные навыки: быстроту, координацию, выносливость;
- расширять кругозор детей;
- воспитывать в детях дружелюбие, умение радоваться успехам друг друга.

Цель: Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

Образовательные области: «Здоровье», «Познание», «Коммуникация».

Виды детской деятельности: коммуникативная, игровая, познавательная, двигательная.

Оборудование:

Сигнал-свисток.

эстафетные палочки. 2 шт.

кегли 2шт.

мячи 2 шт.

кубики 4шт.

обручи 2шт.

Музыкальное оформление: маршевая музыка на выход команд, музыкальное сопровождение для конкурсов, на награждение звучат фанфары .

(Звучит фонограмма веселой мелодии на спортивную тематику).

Дети под музыки марша дети в спортивных костюмах входят в зал (одной колонной, друг за другом). Проходят круг, делятся на две шеренги и останавливаются напротив друг друга.

Ход проведения.

На спортивную площадку

Приглашаем дети вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

Ведущий:

-Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем празднике! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

-Давайте поддержим и поприветствуем наших участников.(хлопают)

-Перед Вами лучшие спортсмены из групп (представление команд и капитанов).

Какая из команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой дружной, это-мы, скоро, увидим.

Чтобы добиться хороших результатов в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт!

Дети: Привет!

Ведущий. Команды обязуются соревноваться!

Все: честно, по правилам!

А теперь небольшая разминка!

Каждый день по утрам делаем зарядку!

Очень нравится нам всё делать по порядку:

Весело шагать, (маршируют)

Руки поднимать (упражнения для рук)

Приседать и вставать (приседают)

Прыгать да скакать (прыгают)

Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

Ведущий:

-Чтоб проворным стать атлетом

Вам эстафета!!!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

Эстафета № 1.

Инвентарь: эстафетные палочки.

-Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает кеглю и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику.

Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

Эстафета № 2.

Инвентарь: мячи.

-Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая кеглю, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение.

Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой и с наименьшим количеством ошибок.

-Слово жюри.

Ведущий: -Пока команды готовятся, мы с вами, уважаемые болельщики, проведём игру на внимание. Давайте встанем со своих мест. Я буду показывать вам кубики разного цвета.

Какого цвета этот кубик? (Поднимает синию. Дети отвечают)

Когда я подниму синию – надо хлопать, зелёную – топать, жёлтую – молчать, красную – ура кричать. (Проводится игра)

-Молодцы! Занимайте свои места.

Команды готовы? Стройся! (Сигнал-свисток)

Эстафета №3 с мячом.

-Участники встают друг за другом. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку, второй — третьему, и так до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе ее и поднять мяч вверх.

Эстафета №4.

Инвентарь: обручи.

-Первыми проходить эстафету капитаны. Капитан команды становится в центр обруча, держа его руками. По команде, капитаны оббегают кеглю, возвращается назад, где к обручу снаружи цепляется следующий участник команды. Вместе они бегут до кегли, оббегают ее, второй участник остается у кегли, а первый участник возвращается за следующим. Эстафета продолжается до тех пор, пока вся команда не окажется за кеглей. Побеждает самая быстрая команда.

Ведущий: А теперь немного отдохнем.

-отгадайте загадки.

Просыпаюсь утром рано,  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку,  
Быстро делаю ... (Зарядку)

Не похож я на коня,  
А седло есть у меня.  
Спицы есть, они, признаться,  
Для вязанья не годятся.  
Не будильник, не трамвай,  
А звоню я, то и знай. (Велосипед)

Сижу верхом не на коне,  
А у туриста на спине. (Рюкзак)

По пустому животу  
Бьют меня — невмоготу!  
Метко сыплют игроки  
Мне ногами тумачи. (Футбольный мяч)

Когда весна берет свое  
И ручейки бегут звеня,  
Я прыгаю через нее,  
Ну, а она — через меня. (Скакалка)

Ноги в них быстры и ловки.  
То спортивные... (Кроссовки)

Эстафета №5.

«Наездники» (команды стоят в колоннах. Первые два участника держат гимнастическую палку между ног. По сигналу начинают бег до кегли, оббегают её, возвращаются и передают гимнастическую палку следующей паре).

Ведущий: -Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т.к. соревнования помогли детям подружиться со спортом. Победила

дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу и нашим гостям самую добрую, какую только можно улыбку.

- А ваши болельщики прекрасно за вас болели и это, несомненно, предавало вам сил. Давайте повернемся и поприветствуем своих болельщиков и все вместе, дружно, скажем им «Спасибо!»

-Для подведения итогов предоставляем слово нашему замечательному жюри (Вручение дипломов, подарков)

Ведущий: И вот подводим мы итоги,

Какие б ни были они.

Со спортом будем мы дружить,

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда.

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.

-Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч.

## **Приложение 2**

Лепка «Спортсмен с гантелями»

Цель: продолжать развивать умение у детей лепить фигуру человека из целого куска пластилина, самостоятельно использовать в работе известные способы лепки (сглаживать, вдавливать, украшать с помощью наклепов).

Задачи:

-упражнять в работе по схеме;

-упражнять конструктивные способности: передавать в лепке характерный вид спорта;

- воспитывать у детей интерес изобразительной деятельности, самостоятельности. Цель: формировать у детей любовь к спорту.

Словарная работа: Активизация словарного запаса, пополнение предметного словаря и словаря признаков.

Предварительная работа: рассматривание альбома «Спорт – это жизнь».

Материал и оборудование: пластилин, стеки, доски, салфетки, влажные губки, дополнительный материал – бумага, картон, вата, пластик, ветки.

Демонстрационный материал: иллюстрации «Виды спорта.»

Интеграция образовательных областей: коммуникативно-личностное развитие; познавательно-речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

## **Приложение 3**

Беседа с детьми «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».

Цель: учить детей заботиться о своем здоровье, познакомить с понятием «витамины», расширять и закреплять знания о влиянии витаминов на здоровье человека.

Задачи:

- дать представление о витаминах и продуктах, в которых содержатся их наибольшее количество;
- познакомить с группами витаминов, объяснить, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении для здоровья человека;
- развивать мышление, внимание, воображение;
- воспитывать у детей потребность в сохранении своего здоровья.

Вчера Кукла–мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины очень нужны детям для укрепления организма. Её дети их очень любят. Витамины очень полезные.

- А вы, ребята, пробовали витамины? Конечно, витамины есть не только в таблетках, но и во многих продуктах. А в каких продуктах есть витамины? Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д. В каких продуктах они содержатся и для чего нужны.

Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).

(Для лучшего запоминания использовать художественное слово).

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

Помни истину простую

Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

И неплохо есть лимон

Хоть и очень кислый он.

- Я зачитаю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!». А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,  
И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить  
Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:  
Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4. Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов.  
И Серее и Ирине всем полезны витамины.

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.  
Хочет в гости к нам прийти, в дверь не может проползти.

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,  
Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

- Молодцы, обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезные продукты.

- Ребята, я предлагаю вам стать «садовниками здоровья», давайте вырастим чудо-дерево (на столе карточки с продуктами, дети выбирают нужные, вешают их на дерево).

- Почему на дереве выросла морковь?

- Чем полезно молоко?

- Какой витамин в свекле?

- Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов?

- Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна витаминная еда.

#### **Приложение 4**

Аппликация «Витаминки в корзинке»

Цель: рассказать детям об осени, о времени сбора урожая, о витаминах, содержащихся во фруктах.

Задачи:

- научить детей выполнять несложную аппликацию из геометрических фигур

- кругов и овалов, правильно работать с ножницами и клеем;

- совершенствовать технику вырезания;

- закреплять знания о полезности фруктов;

- развивать аккуратность и собранность;

- воспитывать стремление к творческому труду.

Материалы: «корзина для витаминных продуктов» - основа аппликации.  
Заготовки цветной бумаги с нарисованным контуром овощей и фруктов,  
клей, ножницы, салфетка,  
Для сюрпризного момента: кусочки нарезанных овощей и фруктов.  
логии: динамическая пауза, пальчиковая гимнастика, презентация  
«Витамины»

Ход занятия

1. Организационный момент

2. Вступительная часть

Беседа о витаминах.

А кто знает, что такое витамины?

Витамины помогают детям и взрослым быть крепкими и здоровыми. Одни витамины помогают детям расти, другие - глазам хорошо видеть, третьи - голове - хорошо думать, быть умной. А есть витамины, которые защищают нас от болезней.

Где живут витамины? (В продуктах питания. )

Чтобы быть здоровым, умным, сильным, человек должен получать витамины с пищей. Если ребёнок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растёт. А как вы думаете, в какое время года мы получаем витаминов больше всего? (летом и осенью). Почему?

А в другое время года, чтобы люди не испытывали недостатка в витаминах, витаминки - таблетки продаются в аптеках, (показать).

Особенно богаты витаминами овощи и фрукты. (прикрепить картинку с овощами и фруктами к доске).

Назовите овощи и фрукты, которые вы знаете и любите.

Ну и конечно же, нашим ребятам здоровыми, ловкими и сильными помогает оставаться физкультура.

Динамическая пауза:

Пейте все томатный сок,

Раз, два, три, четыре,

Раз, два, три, четыре, (ходьба на месте)

Кушайте морковку!

Раз, два, три, четыре, (руки к плечам, руки вверх)

Раз, два, три, четыре,

Все ребята будете (руки на пояс, наклоны в сторону)

Раз, два, три, четыре,

Раз, два, три, четыре,

Крепкими и ловкими (руки на пояс)

Раз, два, три, четыре, (приседания)

Раз, два, три, четыре,

Грипп, ангину, скарлатину

Раз, два, три, четыре,

Раз, два, три, четыре,

Все прогонят витамины!

Раз, два, три, четыре,

Раз, два, три, четыре, (ходьба на месте)

Игра «Чудесный мешочек» (отгадать на ощупь овощи и фрукты).

3.Основная часть

Повторение правил техники безопасности при работе с ножницами:

1.Работай ножницами только на своём рабочем месте, под руководством воспитателя.

2.Следи за движением лезвий во время работы.

3.Ножницы клади кольцами к себе.

4.Подавай ножницы всегда кольцами вперёд.

5.Не оставляй ножницы открытыми.

Аппликация.

Предлагаю сделать витаминную корзину с овощами и фруктами.

1 .Вырезание из заготовок различных овощей и фруктов. - Вырезаем чётко по контуру.

Пальчиковая гимнастика «Фрукты»

Как у нашей Зины (Делают ладони «корзинкой».)

Фрукты в корзине:

Яблоки и груши, (Загибают пальцы, начиная с мизинца.)

Чтоб ребята кушали,

Персики и сливы –

До чего красивы

2.Наклеивание на основу по очереди. Дети называют, что «кладут» в корзину, определяя, овощ это или фрукт

4.Итог занятия:

Помни истину простую - лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Никогда не унываем и улыбка на лице,

Потому что принимаем витамины АВС.

Для наших гостей и наших детей - витаминное угощение

## **Приложение 5**

Дидактическая игра «Где живут витаминки?»

Цель: формирование элементарных представлений о влиянии продуктов питания на здоровье человека.

Задачи:

познакомить детей с пищевыми продуктами, наиболее ценными для здоровья человека;

закрепить представление детей о значении витаминов для организма человека;

воспитывать осознанное отношение к правильному питанию;

развивать зрительное восприятие, связную речь и словарный запас.

## Правила игры

Вариант 1 (4-5 лет). Предложите ребенку разложить пазлы на группы в соответствии с цветом, затем собрать картинку. Если играют несколько человек, то каждый собирает свою группу пазлов. Выигрывает тот, кто разложит пазлы и быстрее всех. В конце игры взрослый рассказывает о пользе продуктов

## Приложение 6

Чтение художественного произведения Корнея Чуковского «Федорино горе»

Цель: продолжать знакомить с творчеством Корнея Чуковского. Помочь детям понять юмор этого произведения.

Задачи:

- развивать и обогащать речь детей;
- воспитывать отношение к домашней утвари и чистоплотности.

Оборудование: портрет писателя, запись оперы «Мойдодыр», иллюстрации к сказке, выставка из сказок К. Чуковского

Ход урока

I. Организационный момент

Громко прозвенел звонок

Начинается урок

Наши ушки на макушке

Глазки широко открыты

Слушаем, запоминаем

Будем руки поднимать

Чётко, бойко отвечать.

II. Актуализация опорных знаний учащихся

1. Речевая разминка

Та-та-та-в нашем классе чистота.

Ят-ят-ят-парты ровненько стоят.

Ют-ют-ют-очень любим мы уют.

III. Мотивация учебной деятельности

- Ребята, о чём нам рассказывает чистоговорка?

1. Отгадывание загадок

(Звучит увертюра к опере «Мойдодыр». На ее фоне учитель читает строки из сказки)

а) Ехали медведи

На велосипеде.

А за ними кот

Задом наперед.

б) Долго, долго крокодил

Море синее тушил

Пирогами, и блинами,

И сушеными грибами.

в) Муха, Муха, Цокотуха,

Позолоченное брюхо!

Муха по полю пошла,  
Муха денежку нашла.

— Ребята, вам знакомы эти строки? Кто их автор?

- Как вы думаете, какая будет сегодня тема нашего урока?

2. Сообщение темы и цели урока

-Сегодня мы с вами будем работать над сказкой Корнея Ивановича Чуковского «Федорино горе», давать оценку персонажам, отвечать на вопросы, решать тест.

IV. Изучение нового материала

1. Знакомство с творчеством писателя

— А что вы знаете о жизни писателя? Каким он был человеком?

(Родился 31 марта 1882г в Петербурге в бедной семье. По-настоящему его звали Николай Иванович Корнейчуков. Писатель очень любил детей, дружил с ними, писал для детей. Дети ласково называли его дедушка Корней, дядюшка Чукоша. Владел несколькими языками, переводил. Чуковский перевёл такие произведения, как “Робинзон Крузо”, “Приключение Тома Сойера”, “Приключение барона Мюнхгаузена”. Отличался большим трудолюбием)

Послушайте, как возникла сказка К.И.Чуковского "Федорино горе".

Однажды Корней Иванович часа три лепил с детьми из глины разные фигуры. Дети вытирали руки о брюки Корнея Ивановича. Домой идти было далеко. Брюки от глины были тяжелыми, и их приходилось придерживать. Прохожие с удивлением поглядывали на него. Но Корней Иванович был весел, у него было вдохновение, стихи слагались свободно. Так появилось "Федорино горе".

2. Физкультминутка

В темном лесе есть избушка,

Стоит задом наперед.

В той избушке есть старушка,

Бабушка Яга живет.

Нос крючком, глаза большие

Словно угольки горят.

Ух, сердитая какая,

Дыбом волосы стоят.

3. Работа над сказкой «Федорино горе»

— Сейчас мы с вами тоже прочитаем об одной бабушке, про которую поведал нам Корней Чуковский.

1) Словарная работа

Корыто - продолговатый сосуд из выдолбленного широкого бревна для стирки белья или других домашних надобностей.

Кочерга - толстый железный прут с загнутым концом для перемешивания топлива в печи.

Кадушка - небольшая кадка-бочка с прямыми боками из дерева и одним днищем.

Ушат - небольшая кадка с ушами.

2)Чтение сказки.

3)Беседа по содержанию сказки

— Понравилась ли вам сказка?

— Что особенно запомнилось?

— Что было смешного?

— А что грустно?

— Жалко ли вам Федору? Почему?

- Какое же горе случилось с Федорой?

- Почему это произошло?

- Для кого была написана эта сказка?

- Для чего она была написана, как вы думаете?

- А почему это стихотворение названо сказкой?

- Назовите главных персонажей в этой сказке?

- Зачем сказочник превращает стаканы, чайники, кофейники в живые существа?

-Зачем он вводит в сказку такие слова: «дзынь – ля – ля!», «бу – бу –бу!»?

- С какого эпизода начинаются события в сказке?

- Писатель начал сказку с бегства посуды, а только потом объяснил причину этого бегства. Как вы думаете, почему К.И.Чуковский построил свою сказку так?

4)Метод «Ассоциации»

- Какой Федора была в начале сказки и какой стала в конце сказки? Чем закончилась сказка?

Начало – неряшливая, ленивая, злая

Конец – заботливая, ласковая, добрая

5. Игра «Вставь пропущенное слово»

И сказала скалка:

«Мне... Федору жалко»

И сказала чашка:

«Ах, ... она бедняжка»

И сказали блюда:

«Надо бы...вернуться»

И сказали утюги:

«Мы... Федоре не враги»

Закрепление нового материала

Тест.

1. Как звали главную героиню сказки?

А) Мария Николаевна

Б) Федора Егоровна

В) Елизавета Васильевна

2. Какое животное испугалось и «растопырило глаза»?

А) Корова

Б) Коза

В) Свинья

3. Как скакали тарелки?

А) как зайцы

Б) как белки

В) как кенгуру

4. Кто остался в доме у Федоры?

А) кошки

Б) тараканы

В) попугай

5. Что делала Федора, когда звала посуду домой?

А) читала стихи

Б) пела тихую песню

6. На чем стоял самовар в конце сказки?

А) на столе с белой скатертью

Б) на подоконнике

В) на белой табуреточке, да на вышитой салфеточке

-Наше знакомство со сказкой не закончилось. Мы продолжим работу над стихотворением «Федорино горе». Девиз следующего урока: «Чтоб не хлебнуть нам Федорино горе, надо порядок поддерживать в доме».

## Приложение 7

Беседа с детьми «Наши верные друзья»

Цель: объяснить детям какое значение имеет формирование правильной осанки для здоровья.

Задачи:

- дать представление о причинах возникновения неправильной осанки для здоровья;
- показать приемы и упражнения по формированию правильной осанки;
- воспитывать желание быть здоровыми и красивыми.

Дорогие ребята! Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и веселым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле — здоровый дух».

Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом.

Например, такие: «Здоровье дороже золота» или «Здоровье ни за какие деньги не купишь».

Задумывались ли вы о том, что у нашего здоровья немало добрых и верных друзей?\*

Взрослый поддерживает обсуждение, поощряя творческую активность ребенка.

Давайте вместе подумаем, что помогает человеку быть здоровым.

Правильно! Прохладная чистая вода, которой мы умываемся, обливаемся или обтираемся по утрам. Она закаляет наш организм, прогоняет сон, очищает кожу, смывая с нее грязь, пот и болезнетворные микробы.

Второй наш друг — это утренняя зарядка.

Под звуки бодрой ритмичной музыки мы идем быстрым шагом, бежим, приседаем, делаем наклоны назад, вперед, вправо и влево, берем мяч, обруч или скакалку.

После утренней зарядки повышается настроение, появляется аппетит, ведь зарядка, регулируя работу всех органов, помогает включиться в дневной ритм.

Как вы думаете, что еще помогает нам быть здоровыми?

Верно! Теплые солнечные лучи и свежий воздух. Особенно полезный воздух в хвойных, сосновых и еловых борах. Этот воздух — настоящий целительный настой, благоухающий ароматами смолы и хвои.

И в лиственных лесах, и в борах в воздухе содержится много фитонцидов — особых летучих веществ, убивающих вредных микробов. Фитонциды — тоже наши друзья!

Представьте себе лентяя, который редко моет руки, не стрижет ногти. Дома у него пыльно и грязно. На кухне — горы невымытой посуды, крошки и объедки. Вокруг них вьются мухи-грязнухи.

Как вы считаете, заботится ли этот человек о своем здоровье?

Верно! Не заботится!

Ведь и невымытые руки, и грязь под ногтями могут стать причиной многих опасных заразных болезней — желтухи или дизентерии. Эти болезни так и называют — «болезнями грязных рук».

А мух в старину не зря величали «вредными птичками». Летая по помойкам, свалкам, выгребным ямам, а потом залетая в дома, они переносят на своих лапках опасных микробов, которые могут вызывать болезни.

Надеюсь, вы поняли: чтобы быть здоровым, нужно следить за чистотой, умываться и мыть руки с мылом, чистить зубы и стричь ногти. Убирать свою комнату и мыть посуду. Ведь недаром говорится: «Чистота — залог здоровья».

Я знаю немало ребяташек, которые не любят соблюдать режим дня. До поздней ночи они сидят перед экраном телевизора или компьютера, а утром встают вялыми, бледными, невыспавшимися, забывая замечательное правило: «Рано в кровать, рано вставать — горя и хвори не будете знать!» А ведь режим дня — прекрасный друг нашего здоровья! Если мы всегда в одно и то же время встаем с кровати, завтракаем, обедаем, ужинаем, ходим на прогулку, ложимся спать, то у нашего организма вырабатывается определенный-биологический ритм, который помогает сохранять здоровье и бодрость.

Но мы с вами забыли еще об одном нашем преданном друге — о движении. Давайте подумаем, может ли быть здоровым человек, который ведет неподвижный образ жизни и большую часть времени сидит в кресле или лежит на диване?

Верно! Не может!

А почему? Его мышцы, сердце не тренируются. Он не дышит свежим воздухом, ему не хватает солнечных лучей и кислорода.

Малая подвижность ослабляет здоровье!

А движение, особенно на свежем воздухе, делает нас сильными, ловкими, закаленными!

Велосипед, самокат, роликовые коньки... Как чудесно мчаться на них по дорожкам, вдоль цветов и густой травы.

Лето дарит нам не только тепло и солнечный свет, но и возможность купаться в речке или озере, играть в футбол, волейбол и другие подвижные веселые игры на улице.

А зимой, когда все белым-бело, деревья и кусты наряжаются в пушистые снежные тулупы, можно кататься на лыжах и санках, играть в хоккей или кружиться на коньках вокруг сияющей огнями ели.

Физические упражнения в детском саду, занятия физкультурой в школе, посещения спортивных секций помогают нам укреплять здоровье, закаляют тело и волю, делают нас смелыми и сильными.

Я хочу здоровым быть  
— Буду с лыжами дружить.  
Подружусь с закалкой,  
С обручем, скакалкой,  
С теннисной ракеткой.  
Буду сильным, крепким!

Ответь на вопросы  
Каких друзей нашего здоровья ты знаешь? Расскажи о них.  
Какие водные процедуры ты делаешь по утрам?  
Делаешь ли ты ежедневно утреннюю зарядку? Чем она полезна?  
Почему грязнули и неряхи часто болеют?  
Соблюдаешь ли ты режим дня? Чем он тебе помогает?  
Что дарит нам движение?  
Какие подвижные игры тебе нравятся?  
Почему полезно ходить на прогулку в лес или парк?

Отгадай загадку  
Его бьют, а он не плачет, Только прыгает и скачет. (Мяч.)  
Высоко волан взлетает,  
Легкий и подвижный он.  
Мы с подругою играем На площадке в... (Бадминтон.)  
Стоят игроки друг против друга,  
Сетка меж ними натянута туго,  
Бьют по мячу и красиво, и метко,  
И оживает в руках их ракетка. (Теннис.)

Выполни задание  
Нарисуй и раскрась: мяч, волан для игры в бадминтон, теннисную ракетку, скакалку, спортивный обруч.

## Приложение 8

### «Микробы и вирусы»

Цель: Дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах).

Задачи:

4. Привлечь личный опыт детей, рассказать об инфекционных болезнях и как они передаются от человека к человеку.
5. Напомнить, что следует заботиться не только, о своем здоровье, но и о здоровье окружающих.
6. Воспитывать чистоплотность, уважение к окружающим.

Ход занятия.

Дидактическая игра «Ромашка здоровья».

Воспитатель: – Дети, а знаете ли вы, что при чихании разбрасывается множество капелек слюны /до 40 тысяч/, которые разлетаются на большое расстояние /более трех метров/ и могут долго находиться в воздухе, вместе с которым их вдыхают окружающие. Капельки опускаются на различные предметы, пищу. Поэтому при кашле и чихании не надо забывать прикрывать нос и рот носовым платком или рукой. Показывает детям рисунки, чтобы лучше объяснить, как опасные для здоровья микробы и вирусы попадают в организм человека. Как вы думаете. Как выглядят микробы и вирусы?

Нарисуйте, какими вы их себе представляете.

Работа на листе бумаги, затем рассматривание фото микробов и вирусов, сравниваем с рисунками детей.

Физкультминутка с дыхательной гимнастикой: «Быстро встаньте, улыбнитесь». Дети выполняют движения по тексту стихотворения:

Быстро встаньте, улыбнитесь, Выше, выше потянитесь.

Ну-ка, плечи распрямите, Поднимите, опустите.

Влево, вправо повернулись, Рук коленями коснулись,

Сели – встали, сели – встали И на месте побежали.

А теперь остановились, остановили дыхание. Правую руку на грудь, левую на живот: глубокий вдох и медленный выдох, глубокий вдох и резкий выдох.

Воспитатель: Почему нельзя доедать за другим человеком?

Дети: Потому, что он может оказаться больным.

Воспитатель: Чем опасна муха?

Дети: Муха является разносчиком инфекций.

Воспитатель: Почему нельзя есть грязными руками?

Дети: Потому, что на грязных руках могут быть инфекционные микробы.

Воспитатель: Можно ли есть и одновременно играть с животными?

Дети: Нельзя! Кушать нужно чистыми руками и сидя за столом, а если рядом животное, то можно заразиться какой либо инфекцией.

Воспитатель: Можно или нет пить воду из-под крана?

Дети: Пить воду из-под крана нельзя. Потому, что в не кипяченой воде много микробов.

Воспитатель: Почему есть бананы можно в любой ситуации?

Дети: Потому, что банан покрыт защитной корочкой, сняв ее можно спокойно кушать банан /содержимое, защищено корочкой/

Воспитатель: В каких случаях даже на улице можно пить сок?

Дети: Сок на улице можно пить, если коробочка с соком упакована герметично и имеет отдельную /индивидуальную/ трубочку.

Итог занятий

Воспитатель: Так что мы узнали сегодня на занятии?

Дети: Мы узнали, что такое микробы и вирусы. Что нужно делать при кашле и чихании /закрывать нос и рот носовым платком или рукой/. Нельзя есть грязными руками. Нельзя допускать мух на продукты питания. Нельзя есть и играть с домашними животными одновременно. Нельзя пить воду из под крана. Все это ведет к угрозе заражения какой либо инфекцией.

## Приложение 9

Спортивное мероприятие с детьми «Чтоб здоровье сохранить - научись его ценить»

Цель: Привлекать детей к занятиям спортом. Познакомить с правильным поведением в коллективе. Учить детей проявлять смекалку, находчивость, внимание.

Задачи:

- прививать любовь к занятиям физкультурой и спортом;
- развивать ловкость, быстроту, выносливость;
- закреплять полученные на занятиях физкультуры навыки и умения, применять их в игровой обстановке;
- - развивать у детей морально-волевые качества;
- - воспитывать “здоровый дух соперничества”, чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Оборудование: Письмо от доктора Айболита, посылка - сюрприз (фрукты и сок), флажки, 2 спортивные палочки, 2 клюшки и 2 кубика, 10 кеглей и два мяча, 2 больших мяча, 3 обруча, 2 рюкзака, 12 маленьких мячей, карточки с загадками.

Ведущий: Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? На спортивную площадку приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья начинаем мы сейчас.

Сегодня ребята мы будем спортом заниматься, играть, веселиться, плясать и здоровье укреплять!!! Чтоб здоровье укрепить на зарядку становись...

Упражнения с флажками (Любая быстрая музыка)

Упражнение «Мы ногами, мы руками...»

Мы ногами топ-топ (топают ногами),

Мы руками хлоп-хлоп (хлопают руками),

Мы глазами миг-миг (мигают глазами),

Мы плечами чик-чик (поднимают поочередно то правое, то левое плечо).

Раз – сюда, раз – туда,

Повернись вокруг себя. (Повороты вокруг себя.)  
Раз – присели (приседают, руки на поясе),  
Два – привстали (поднимаются, руки на поясе).  
Руки кверху все подняли (поднимают руки вверх),  
Сели – встали, сели – встали (то приседают, то встают, руки на поясе),  
Ванькой-встанькой словно стали. (Легкое покачивание головой вправо-влево.)  
Руки к телу все прижали  
И подскоки делать стали.  
А потом пустились вскачь,  
Будто мой упругий мяч. (Учитель в среднем темпе ударяет мячом о пол, дети в такт прыгают вместе с ударами мяча, легко и как можно выше.)  
Раз-два, раз-два,  
Заниматься нам пора. (Шагают на месте.)  
Ведущий:  
Чтоб расти и закаляться,  
Будем спортом заниматься.  
Закаляйся детвора,  
В добрый час – Физкульт-ура!!!  
Ведущий. Сегодня у нас пройдут соревнования между ребятами. Мы посмотрим. В какой команде самые смелые, ловкие и умелые ребята. Ребята к нам с вами на праздник почтальон Печкин принес посылку с письмом, давайте его прочитаем и посмотрим что там. (Чтение письма)  
Ведущий. Ребята приступим к выполнению заданий, и попробуем открыть волшебную посылку.  
1 Эстафета «Скакуны»  
- Покажем какие мы ловкие и сильные (проскакать на палочке – «лошадке» до финиша и обратно, передать товарищу)  
2 Эстафета. «Клюшки»  
(при помощи клюшки довести до финиша кубик и обратно.).  
3 Эстафета « Снайпер»  
(Сбить кегли при помощи мяча)  
Ритмичная разминка : "У жирафов"  
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
(Хлопаем по всему телу ладонями)  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носках, на животах, на коленях и носках.  
(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)  
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.  
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде. (Щипаем себя, как бы собирая складки)  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носках, на животах, на коленях и носках. (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)

У котятков шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

У котятков шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

(Поглаживаем себя, как бы разглаживая шёрстку)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носках, на животах, на коленях и носках. (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде.

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде. (Проводим ребрами ладони по телу (рисует полосочки))

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носках, на животах, на коленях и носках. (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)

4 эстафета «Без рук, без ног»

(По два человека перенести мяч не задевая его руками, зажав между животами)

5 Эстафета «Переправа» (Капитаны за рулем – в обруче, подбегают к команде и по одному человеку перевозят к финишу.

6 Эстафета «Посади картошку»

Команды строятся в колонны. Перед каждой командой произвольно раскладываются 3 обручей – это « лунки» . Участник бежит с рюкзаком, кладет в каждую « лунку» картофель, после чего возвращается и передает следующему участнику. Следующий участник бежит и собирает картошку в рюкзак. Возвратившись, передает рюкзак с мячами другому участнику своей команды. И так, пока все участники каждой команда. Побеждает команда, первой занявшее и.п.

Ведущий: Молодцы ребята, а предлагаю вашему вниманию загадки

Загадки:

1 Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю сам кроватьку, быстро делаю .... зарядку

2 Утром раньше поднимайся,

Прыгай, бегай, отжимайся.

Для здоровья, для порядка

Людам всем нужна...(зарядка)

3 Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет...(Спорт)

4 Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:

Это мой ... (велосипед)

5 Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несущ меня не кони,

А блестящие ... (коньки)  
6 Чтоб большим спортсменом стать,  
Нужно очень много знать.  
Вам поможет здесь сноровка,  
И, конечно, ... (тренировка)  
7 Не обижен, а надут,  
Его по полю ведут.  
А ударят –нипочем –  
Не угнаться за ... мячом  
8 Этот конь не ест овса,  
Вместо ног два колеса.  
Сядь верхом, езжай на нем,  
Только лучше правь рулем. (Велосипед)  
9 Обе по снегу бегут,  
Обе песенки поют,  
Обе ленты на снегу  
Оставляют на бегу.  
10 Во дворе с утра игра,  
Разыгралась детвора.  
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -  
Там идёт игра - ...(хоккей)  
Ведущий. Ребята, а кроме спортивных упражнений для здоровья , что  
необходимо? А вы любите чистоту, порядок, умываться, чистить зубы,  
делать зарядку!  
Это мы сейчас проверим!  
Игра «Это я, это я – это все мои друзья...»  
(ведущий читает начало фразы, если зрители согласны с высказыванием,  
отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны,  
высказывают протест, например, топают)  
Кто ватагою веселой  
Каждый день шагает в школу?  
Кто любит маме «помогать»,  
По дому мусор рассыпать?  
Кто из вас не ходит хмурый,  
Любит спорт и физкультуру?  
Кто из вас, из малышей,  
Ходит грязный до ушей?  
Кто одежду «бережет»,  
Под кровать ее кладет?  
Кто ложиться рано спать  
В ботинках грязных на кровать?  
Кто любит в классе отвечать,  
Аплодисменты получать?  
Ребята, вы знаете, что необходимо человеку, чтобы быть здоровым?  
Загадки

Что ярко светит, согревает,  
Здоровья людям прибавляет? (Солнце)  
Горяча и холодна,  
Я тебе всегда нужна.  
Позовешь меня – бегу,  
От болезней берегу. (Вода)

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка:  
С мятной пастой дружит  
На усердно служит. (Зубная щетка)

Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.  
Дело ясное вполне:  
Пусть отмоет руки мне. (Мыло)

Дождик теплый и густой,  
Этот дождик не простой.  
Он без туч и облаков  
Целый день идти готов. (Душ)

Ведущий:  
Праздник веселый удался на славу.  
Я думаю всем он пришелся по нраву.  
Прощайте, прощайте, все счастливы будьте,  
Здоровы, послушны и спорт не забудьте!  
Со спортом дружите, в походы ходите,  
И скука вам будет тогда нипочем.  
Мы праздник кончаем и всем пожелаем здоровья, успехов и счастья во всем.

