**Технологическая карта НОД (познавательное развитие)**

**Тема: « Путешествие в страну Здоровья ».**

**Воспитатель: Смирнова Н.В.**

**Возраст: 5-6 л.**

**Игровая мотивация: Рассказать Умке как быть здоровым**

**Цель: создание условий для знакомства дошкольников с валеологической культурой.**

**Задачи:**

**Образовательные:**

Учить применять правила сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни, закреплять произношение звуков в,з,ж,р

**Воспитательные:**

воспитывать положительное отношение к ЗОЖ, желание работать в команде.

**Развивающие:** способствовать формированию валеологической культуры детей дошкольного возраста;закреплять у детей представления о здоровом образе жизни;

**Предварительная деятельность:**

занятия с валеологическим содержанием («Полезные и вредные продукты», «Чистота – залог здоровья»); проведение физкультминуток; проведение релаксирующих упражнений на снятие напряжения и дыхательных упражнений; д/игры «Поварята», «Что лишнее?», «Наши эмоции»; чтение книги А.Семеновой «Как стать Неболейкой», сказки К.Чуковского «Мойдодыр», стихов различных авторов на тему «Здоровье».

**Материал для воспитателя:** презентация «Микробы», аудиозапись физминутки « Ужирафа пятна…», спокойная музыка, карточки с загадками и стихами, дых. Упражнениями.

**Материал для детей** карта Страны Здоровья; корзинки с цветными маячками, предметы гигиены (мыло, мочалка, полотенце, зубная паста, зубная щетка, расческа, туалетная бумага, ватные палочки, нос.платок); карточки-пиктограммы (грусть, радость); карточки с изображением продуктов питания, эмблемы, салфетки, чипсы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п\п** | **Этапы НОД** | **Деятельность воспитателя** | **Деятельность детей** |
| **1** | **Мотивационный** | 1. **«Здравствуйте!»**   - Ребята, сейчас вы, как воспитанные люди, поздоровались с нашими гостями. А что вы сделали, когда сказали «здравствуйте»?  -Что значит, «быть здоровым»?  - Какое настроение у здоровых людей?  Умка не весел.  *Как же ему быть здоровым, если его никто не научил.* | Дети входят в группу, здороваются с гостями.  (пожелали кому-то быть здоровым).  (когда ничего не болит, руки – сильные, ноги – быстрые, зубы – крепкие, волосы – красивые…).  (веселое, радостное). |
| **2** | **Ориентировочный** | - Вы уже многое знаете о том, что нужно делать, чтобы быть по-настоящему здоровыми. Предлагаю вам сегодня с Умкой отправиться в необычную страну – Страну Здоровья. Хотите узнать, что там необычного? Тогда давайте подойдем к карте.  Как и во всех странах, в Стране Здоровья есть города. Мы с вами погостим во всех. Но ,чтобы попасть в каждый город, нам необходимо узнать пароль, а для этого отгадать загадки. И если мы правильно отгадаем, то легко туда попадем. | (дети подходят к карте Страны Здоровья). |
| **3** | **Исполнительский** | -Вот и первый город…  Кто великий умывальник,  Умывальников начальник?  Кто мочалок командир?  Это добрый...  **Эмблема г.** Чистюлькино- мойдодыр ( найдите где же этот город у нас в группе)   1. **Город «Чистюлькино».**   - Какое интересное название! Как вы думаете, что любят жители Чистюлькина?  - Зачем нужно соблюдать чистоту?  - Чем опасна грязь?  - Кто такие «микробы»?  Посмотрите, жители города приготовили нам слайды с микробами, и просили меня их вам показать. Конечно же микробы не видны, эти изображения увеличены под микроскопом во много много раз.  **Все мы с вами видели на руках грязь!**  **А в грязи живут микробы, незаметные для глаз.**  **Если, руки не помыв, пообедать сели вы,**  **Все микробы эти вот к вам отправятся в живот!**  **-** Как можно победить грязь, а значит, и микробов?  **От простой воды и мыла**  **У микробов тает сила!**  **-** Но ведь не только мыло поможет избавиться от микробов. Есть и другие предметы – помощники чистоты. Назовите их.  -Почему говорят, что **предметы эти гигиеничные, очень-очень личные**?  Давайте проверим, как вы умеете различать предметы, которыми могут пользоваться все, и предметы, которыми можно пользоваться только лично. Перед вами - коробка. В ней вещи, которыми вы все пользуетесь. Ваша задача – разложить эти предметы в две корзинки. В зеленую корзинку вы положите предметы гигиены, личные. В красную – те предметы, которыми могут пользоваться все люди.  - Молодцы, ребята! Жители города Чистюлькино дарят вам на **прощание** такое напутствие:  **Наш совет совсем несложный:**  **Будьте с грязью осторожней!**  **Положить Умке в рюкзак.**  **Забрали эмблему, прикрепили к карте**   1. Теперь пора отправляться в следующий город.   В нём прослойка – сладкий джем,  Сверху лёгкий белый крем.  И мука в нём – высший сорт,  Получился вкусным ...  **Эмблема** города – торт ( найдите в группе)  **Город «Вкусняшкино».**  Пока идем, вос-ль:  **-** М-м-м, как тут вкусно пахнет! Я чувствую, как пахнет булочками! А вы какие запахи чувствуете?  - Жители города Вкусняшкино любят угощать гостей. Но они хорошо знают, какие продукты полезны для нас, а какие вредны. А вы – знаете? Проверим?  *(На столе лежат пиктограммы – веселое и грустное выражение эмоции.*  *Дети берут карточки с изображением продуктов питания. По сигналу подходят к доскам и выкладывают карточки под нужную пиктограмму)*  После игры, педагог:  **Торты, пряники, конфеты Ешьте овощи и фрукты,**  **Детским так вредят зубам! Чтоб не бегать к докторам!**  Умка говорит на ухо педагогу, что дети не правильно отнесли чипсы к вредным продуктам, ведь они же такие вкусные.  Дети, давайте докажем Умке , насколько он ошибается в полезности этого продукта.  Педагог создает условия для проведения опыта с чипсами. На столах: салфетки бумажные, чипсы . Детям предлагается положить чипсы между салфетками и крепко прижать. На салфетках останется отпечаток растительного масла, а пережаренное масло совсем не полезно для нашего желудка. Обращается к Умке.  Жителям Вкусняшкино понравилось как мы с вами играли, и они на память нам дарят такое напутствие:  **Прежде, чем за стол вам сесть,**  **Вы подумайте, что съесть!**  **Положить в рюкзак Умке**  Забрали эмблему, прикрепили к карте   1. Следующий город   Как только утром я проснусь  Присяду , вытянусь, нагнусь  Все упражнения по порядку..  Поможет вырасти…..  **эмблема** –ребенок с гантелями  **Город «Зарядкино».**    -Как вы думаете, почему это город имеет такое название?  - Да, жители этого городка очень любят делать зарядку.  -Расскажите, зачем нужно делать зарядку?*.*  Жители города Зарядкино любят, чтобы зарядка была веселая, задорная. И мы с вами тоже весельчаки. Давайте, покажем им нашу зарядку.    -Жители Зарядкино вам благодарны за новые упражнения и на прощанье дарят вам такое пожелание:  **Чтобы вы никогда и ничем не болели,**  **Чтобы щеки здоровым румянцем горели,**  **Чтобы было здоровье в отличном порядке,**  **Всем нужно с утра заниматься…(зарядкой!)**  **Положить в рюкзак Умке**  Прикрепляют эмблему к карте   1. -А вот и следующий город.   Позабудь ты про компьютер.  Беги на улицу гулять.  Для детей полезно очень  Свежим воздухом…  **Эмблема** – одуванчик  **Город Дыхание.**  **-** Что значит: дышать?  - Кто умеет дышать?  - Жители города Дыхание могут научить нас дышать с пользой, чтобы человек был здоровым. Они просили меня научить вас. Сейчас я покажу вам несколько упражнений и расскажу, для чего они. Мы будем дышать со звуками.   * + ***«Самолеты» - со звуком «В» - от насморка.*** *Дети произносят на длительном выдохе звук «В», руки в стороны, покачиваются, будто в полете.*   + ***«Комарики» - со звуком «З» - когда болит горло.*** *Ладонь на шее, произносить звук «З» на длительном выдохе.*   + ***«Жуки» - со звуком «Ж» - при кашле.*** *Ладонь на груди, произносить звук «Ж» на выдохе.*   + ***«Львята» - со звуком «Р» - когда плохое настроение и хочется с кем-нибудь поссориться.***   + ***«Водичка» - со звуком «С» -*** *когда устали и хочется отдохнуть.*   *-* Очень хорошие упражнения. Мы их запомним и обязательно будем их использовать.  Сложить в рюкзак к Умке  Прикрепили эмблему на карте   1. Вот и остался последний город в стране здоровья   Можно радоваться птицам,  Можно просто веселиться,  Можно воздухом дышать  Вместе дружно…  **Эмблема** города – сон  **Город Отдыхай-ка.**  **-** Почему этот город так называется?  *-* Отдыхать тоже нужно уметь. Отдохнете ли вы, если будете играть на компъютере? Долго смотреть мультики по телевизору? Валяться с раскрасками на диване?  -А как можно отдыхать?  - А мы с вами отдохнем на полянке. Сядьте в круг, возьмитесь за руки. Закройте глаза и слушайте мой голос. *Вокруг тихо, спокойно. Солнышко греет сверху, и его лучи ласково гладят ваши плечи, головы. Вам тепло, спокойно. Вокруг только птички тихонько щебечут. Они вам совсем не мешают. Почувствуйте, как по вашим рукам течет ручеек, и стекает прямо на землю. Вместе с водой утекает ваша усталость. Вам хорошо, спокойно. Посидите так немного, послушайте, как журчит ручеек. Вот вы отдохнули. Откройте глаза, потянитесь как следует, улыбнитесь друг другу.*  Взять эмблему и отправиться к карте, прикрепить | **Ответ:** Мойдодыр  Находят, подходят в определенное место  *чистоту, порядок, мыться, чистить зубы…)*  (*чтобы не было грязи).*  (в ней живут микробы).  Ответы  Просмотр слайдов  нужно мыть руки с мылом  полотенце, мочалка, расческа, зубная паста, туалетная бумага.  у них должен быть один хозяин.  делятся на две команды по эмблемам,раскладывают. объяснения детей  Торт  Подходят к определенному месту  дети фантазируют какие вкусные запахи можно почувствовать  делятся на команды  играют в игру «Что вредно, что полезно».  опыт с чипсами : промакивают чипсы в салфетку)  делают вывод  подходят к карте  зарядка,  подходят в соответствующее эмблеме место  ответы  чтобы быть сильными, выносливыми, быстрыми, гибкими  муз.физминутка «У жирафа пятна…»  Подходят к карте  **Ответ:** Дышать.  нашли в группе , подошли  это когда вдыхают и выдыхают воздух  звери, птицы, растения, люди  выполняют упражнения  Переходят к карте  **(отдыхать).**  Нашли место в группе , подошли  жители любят отдыхать  нет  можно ходить в кино, в цирк, в парк, гулять на детской площадке, на стадионе….  Садятся на коврик, релаксация |
| **4** | **Рефлексивный** | Подойти к карте  -Вот наше путешествие в Страну Здоровья закончилось.  -Вам понравилось путешествие?  -В каких городах мы побывали?  -Что интересного вы узнали в каждом городе и возьмете себе не заметку.  -Давайте напомним Умке какие же правила надо выполнять, чтобы быть здоровым.  ***Каждый должен твердо знать:***  ***Здоровье надо сохранять!***  ***Нужно спортом заниматься,***  ***Нужно правильно…(питаться),***  ***Руки мыть перед едой,***  ***И вообще дружить с …(водой)!***  ***Глубже дышать, кислород поглощать!***  ***Больше гулять, с друзьями…( играть)!***  **И тогда все люди в мире**  **Долго-долго будут жить!**  **И запомните: здоровье**  **В магазине не купить!**  **Давайте подарим Умке карту, чтобы он никогда не забывал как сберечь свое здоровье и хорошо ориентировался в стране здоровья.** | ответы |
| **5** | **Перспективный** | *Карта так же может пригодиться для сюж. игр с куклами. Рассказа родителям о зож.* |  |

**Организация развивающей предметно-пространственной среды после проведения НОД (объекты исследования и др.)**

**Дид. игра «Что вредно, что полезно», презентация « Микробы», карта , карточки с дыхательными упражнениями.**