**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 карте1. Следующий город

Как только утром я проснусьПрисяду , вытянусь, нагнусьВсе 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 карте1. -А вот и следующий город.

 Позабудь ты про компьютер.Беги на улицу гулять.Для детей полезно оченьСвежим 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 УмкеПрикрепили эмблему на карте1. 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:** МойдодырНаходят, подходят в определенное место*чистоту, порядок, мыться, чистить зубы…)*(*чтобы не было грязи).*(в ней живут микробы).ОтветыПросмотр слайдовнужно мыть руки с мыломполотенце, мочалка, расческа, зубная паста, туалетная бумага.у них должен быть один хозяин. делятся на две команды по эмблемам,раскладывают. объяснения детейТортПодходят к определенному местудети фантазируют какие вкусные запахи можно почувствоватьделятся на командыиграют в игру «Что вредно, что полезно».опыт с чипсами : промакивают чипсы в салфетку)делают вывод подходят к картезарядка,подходят в соответствующее эмблеме местоответычтобы быть сильными, выносливыми, быстрыми, гибкимимуз.физминутка «У жирафа пятна…»Подходят к карте**Ответ:** Дышать. нашли в группе , подошли это когда вдыхают и выдыхают воздухзвери, птицы, растения, людивыполняют упражненияПереходят к карте**(отдыхать).**Нашли место в группе , подошлижители любят отдыхатьнетможно 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.**