

Тематический план на неделю.

Воспитатель: *Банщикова М.С.*

Организация жизнедеятельности детей в течение 1 недели апреля 2022 год

Тема: «Быть здоровыми хотим»

Возраст 6-7 лет

Цель: Становление устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего и безопасного поведения

Задачи (*образовательные, воспитательные, развивающие*)

1. Образовательные:

Расширить представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Формировать знания о здоровом образе жизни.

Поддержание у детей инициативы, сообразительности, самостоятельности

2. Развивающие:

совершенствовать познавательные процессы

Развитие самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек;

развивать умения элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание к взрослым в случае неважного самочувствия, недомогания

Развивать умения избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения

3. Воспитательные:

воспитывать любознательность, активность, толерантное сознание

воспитывать умения слушать друг друга

воспитывать партнёрские отношения между детьми

Итоговое мероприятие: Спортивный досуг. «Весёлые старты»

| День недели | Режим | Интеграция образовательных областей | Совместная деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей | | | Образовательная деятельность в режимных моментах | Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей (центры активности, все помещения группы) | Взаимодействие с родителями/ социальными партнёрами |
|-------------------------|-------|--|---|--|---|--|--|---|
| | | | Групповая, подгрупповая | Индивидуальная | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Понедельник – 40.04.22г | Утро | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Комплекс утренней гимнастики «Веселая Зарядка»- развивать координацию движений, внимание; фор-мировать положительно-эмоциональный настрой Беседа: «Что такое здоровье?» Цель: закрепить понятие «здоровье»; расширить знание детей о профилактических мерах по предупреждению заболеваний, травм; научить строить суждения, опираясь на свой личный опыт и опыт других детей, взрослых; развиваем диалогическую речь. | Дидактическая игра: «Магазин полезных продуктов питания» Цель: закрепить знания детей о полезных продуктах питания; развиваем внимание, логическое мышление, речь. | Пословицы: -Здоровье дороже золота -Здоровому враг не нужен Цель: учить детей объяснять смысл этих пословиц; развиваем рассуждение и диалогическую речь. воспитываем бережное отношение к своему здоровью | Рассматривание иллюстраций:Цель: уточнить представления детей о разных видах спорта, самом понятии «спорт»; о том для чего люди занимаются спортом и физкультурой; развиваем речь. | Поговорить с родителями о самочувствии детей. Индивидуальные беседы и консультации по запросам родителей. | |
| | НОД | 9.00-9.30 Речевое развитие | Голицына ст.299 Коллективный рассказ «Как мы гуляем на участке» | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|-------------------|--|--|---|---|---|---|
| | | 9.40-10.10 ФЦКМ | Голицына ст. 291 «Береги свое здоровье» | | | | |
| | | 10.40- 11.10 ФИЗО | По плану инструктора | | | | |
| | Прогулка | социально-коммуникативное, познавательное речевое физическое | П №5 Наблюдение за облаками И.В.Кравченко ст.172 | | | | |
| | Работа перед сном | социально-коммуникативное развитие; | Цель: чтение перед сном. Прочитать сказку по выбору детей. Успокоить и подготовить детей ко сну. | | | | |
| | Вечер | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Оздоровительная гимнастика после дневного сна. Побудка-способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после сна Дидактическая игра: «Человек и животное» развивать умение сравнивать и обобщать, речь; формировать экологическую культуру. Чтение «Как стать неболейкой» И. Семенов С/р игра «Больница». Практическое закрепление полученных знаний. Воспитывать уважение к профессии врача, понимать ее огромную важность для каждого из нас. | Игра «Ухо, нос, рука»-развитие внимания. Игры на развитие мелкой моторики рук-«Выложи сам»-выкладывание круга из бросового материала | продолжать способствовать накоплению у детей конкретных представлений о свойствах воды; продолжать учить детей умываться, пользоваться полотенцем; зубок! | Настольные игры: «Лото», «Пазлы», «Лабиринты» Дидактическая игра «Когда это бывает?»-учить детей различать признаки времен года. | - Посоветовать родителям поупражнять ребенка в пока-зе левой руки, левого глаза, правого уха, правой ноги и т. п. |

| | | | | |
|--|--------------|--|--|--|
| | Прог улка | | Самостоятельные игры детей на участке. Цель: продолжать учить детей играть самостоятельно; взаимодействовать в коллективе; уступать друг другу; делиться игрушками; воспитывать интерес к играм детей. | |
|--|--------------|--|--|--|

| Ден ь нед ели | Режим | Интеграция образовательн ых областей | Совместная деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей | | | Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей (центры активности, все помещения группы) | Взаимодействи е с родителями/ социальными партнёрами |
|------------------------|-------|--|--|--|--|---|--|
| | | | Групповая, подгрупповая | Индивидуальная | Образовательная деятельность в режимных моментах | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Вторник – 50.04.22г | Утро | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Комплекс утренней гимнастики «Веселая Зарядка Беседа «Кто я?»- дать детям представление о внешнем виде человека, о его особенностях как живого организма. Вызвать у ребенка потребность рассказать о себе. Замечать индивидуальные черты у себя и у других людей (я-такой, а он другой) . Загадки о строении тела человека-развивать память, мышление. | дидактическая игра: «Где нос, где ухо» Цель: развивать внимание, умение ориентироваться на себе. | (формирование КГН за столом) Цель: продолжать учить детей вести правильно себя за столом во время приёма пищи (сидеть ровно, не качаться на стуле, не спешить и не разговаривать с набитым ртом);. | Дидактическая игра «Части тела» Подвижная игра «Шоферы»- учить придумывать различные действия и изображать их; рассказывать о воображаемых событиях. | Взаимодействие с родителями при приеме и уходе детей домой – индивидуальные беседы и консультации. |
| | НОД | 9.00-9.30 ФЭМП | Голицына ст.294 «На приеме у врача» | | | | |

| | | | | | | | |
|-------------------|--|--|--|--|---|---|--|
| | | 9.40-10.10 Рисование | Голицына ст.303 «Зимний спорт» | | | | |
| | | 10.35-11.00 музыка | По плану муз.руководителя | | | | |
| Прогулка: | социально-коммуникативное, познавательное речевое физическое | П № 6 Наблюдение за снегом И.В.Кравченко ст.174 | | | | | |
| Работа перед сном | социально-коммуникативное развитие; | Дидактическая игра «Кто где работает»- закрепить представление детей о некоторых профессиях Н.Ф.Губанова ст 130 | | | | | |
| Вечер: | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Оздоровительная гимнастика после сна. Побудка-способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после сна Малоподвижная игра «Что могут руки»- « Что полезнее?» | Дидактическая игра: «Мальчики и девочки»-развивать умение сравнивать, обобщать, речь, внимание; формировать любознательность | Воспитывать культурно-гигиенические навыки-совершенствовать навыки умывания-идами застёжек | Настольно-печатная игра: «Собери физкультурный инвентарь» (мяч, скакалка, кубик и т.д.) | Предложить ребенку назвать те части тела, на которые вы показываете | |
| Прогулка. | | Продолжить наблюдение за погодой вечером, сравнить ее с утренней, отметить какие произошли изменения. Пальчиковая гимнастика "Руки вверх".-развитие мелкой моторики рук. Подвижная игра "Летает – не летает" ," Упражнение на равновесие", "Филин и пташки".-развитие двигательной активности. | | | | | |

| День недели | Режим | Интеграция образовательных областей | Совместная деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей | | | Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей (центры активности, все помещения группы) | Взаимодействие с родителями/ социальными партнёрами |
|------------------|-------|---|--|--|---|---|--|
| | | | Групповая, подгрупповая | Индивидуальная | Образовательная деятельность в режимных моментах | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Среда – 6.04.22г | Утро | <p>социально-коммуникативное развитие;</p> <p>познавательное развитие;</p> <p>речевое развитие;</p> <p>художественно-эстетическое развитие;</p> <p>физическое развитие.</p> | <p>Комплекс утренней гимнастики «Веселая Зарядка»- развивать координацию движений, внимание; формировать положительно-эмоциональный настрой</p> <p>Беседа «Части тела. Гигиенические принадлежности.»-активизация словаря по теме. Развитие понимания обращённой речи. Развитие памяти, внимания, мелкой моторики. Воспитание культурно-гигиенических качеств.</p> <p>«Собери фигуру человека» Цель: закрепить знания ребёнка о строении тела. Развивать пространственные представления о строении человека)</p> | <p>дидактическая игра «Один - много»- формировать умение образовывать множественное число имен существительных.</p> <p>«Выложи узор»- выложить узор из деревянных палочек или спичек</p> | <p>(формирование КГН за столом)Цель: продолжать учить детей вести правильно себя за столом во время приёма пищи (сидеть ровно, не качаться на стуле, не спешить и не разговаривать с набитым ртом); правильно пользоваться приборами.</p> | <p>Дидактическая игра «Найди ошибку»- закреплять названия частей тела. «Калейдоскоп эмоций» - работа с картинками-фотографиями с различными изображениями эмоций</p> <p>Плакат «Части тела»</p> | <p>Посоветовать родителям поиграть в игру: «Кто кем приходится»(например: -кто для папы и мамы мальчик и девочка? - кто для бабушки и дедушки...папа? мама? - кто мальчик для девочки? - кто девочка для мальчика)</p> |

| | | | | | | | |
|--|-------------------|--|--|---|---|--|---|
| | НОД | 9.00-9.30 Речевое-развитие/обуч .гр | Журова ст.49 Занятие №18 | | | | |
| | | 10.40-11.05 ФИЗО | По плану инструктора | | | | |
| | Прогулка: | социально-коммуникативное; познавательное; речевое; физическое развитие | П №8 наблюдение за капелью И.В.Кравченко ст.174 | | | | |
| | Работа перед сном | | Пересказ рассказа “Для чего руки нужны” (Е. Пермяк)-развивать речь детей, формировать умение четко отвечать на поставленные вопросы | | | | |
| | Вечер: | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Оздоровительная гимнастика после сна. Побудка-способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после сна Дидактическая игра. Игра с мячом «Воздух, земля, вода» Дид. задача: закреплять знания детей об объектах природы. Развивать слуховое внимание, мышление, сообразительность Сюжетно-ролевая игра «Семья»-формировать представления о семье. Самостоятельно распределять роли. Развивать дружеские взаимоотношения. | Танграм «Робот» Закреплять знание геометрических фигур, формировать умение осуществлять зрительно-мыслительный анализ их расположения, развивать воображение и | Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, привычку сообща играть, заниматься самостоятельно выбранным делом. Приучать после игры разбирать постройки, убирать на место | Самостоятельные игры в игровых уголках, оборудованных атрибутами рус. нар сказок. Складывание пазлов по мотивам русских сказок Подборка иллюстраций к игре «мамины помощники в доме». | Индивидуальные консультации по вопросам родителей. Работа с родителями «Как одевать ребенка дома и на улице» |

| | | | | | | | |
|--------------------|-----------|---|--|--|--|--|--|
| | | | | творческое мышление | строительный материал, аккуратно складывая его. | | |
| | Прогулка. | | Наблюдение за вечерней погодой –сравнить ее с утренней. Игра: «Птицы и кошка» (по аналогии Воробушки и автомобиль») Динамическая пауза «Мамам дружно помогаем...» (« Выполняют движения по тексту.) Развивать координацию рук и ног с движениями. | | | | |
| День недели | Режим | Интеграция образовательных областей | Совместная деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей | | | Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей (центры активности, все помещения группы) | Взаимодействие с родителями/ социальными партнёрами |
| | | | Групповая, подгрупповая | Индивидуальная | Образовательная деятельность в режимных моментах | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Четверг – 7.04.22г | Утро | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественное-эстетическое | Комплекс утренней гимнастики «Веселая Зарядка»- Беседа «Что я знаю о себе»- обратить внимание ребенка на самого себя, на свое тело, свой организм, на свои возможности и способности, научить оценивать и ценить себя, создать предпосылки к самовоспитанию, к заботе о собственном здоровье. Дидактическая игра ««Помоги Федоре»-формировать и | по математике- формировать умение ориентироваться на ограниченной поверхности (лист бумаги, учебная доска, страница тетради.) | Формировать устойчивое желание в соблюдении культурно-гигиенических навыков. Формировать у детей умение находить себе занятие по интересам, | Плакат «Части тела» Геометрические фигуры, тетрадный лист или лист бумаги. «Какие мы разные» Цель: учить детей составлять | Беседа о правильном поведении при профилактике простудных заболеваний (о поведении больного и здорового ребенка), о правильном дыхании |

| | | | | | | |
|-------------------------|---|--|---|--|---|--|
| | развитие; физическое развитие. | развивать у детей цветное представление. Научить их соотносить цвета разнородных предметов | | играть вместе с другими детьми, избегать конфликтных ситуаций. | связный рассказ о другом человеке (имя, возраст, рост, цвет волос, цвет глаз...)(Тарасо ва) | |
| НОД | 9.00-9.25 Познават.разв итие ФЭМП | Голицына ст. 296 «Физкультурное занятие» закрепить знание о числе10 | | | | |
| | 9.40 -10.10 Рисование | Голицына ст.302 «Опасности вокруг нас». | | | | |
| | 10.35-11.00 Музыка | По плану муз. руководителя | | | | |
| Прогулка: | социально- коммуникатив ное;познавате льное;речевое физическое развитие | П №2 наблюдение за тополем И.В.Кравченко ст.170 | | | | |
| Работа перед сном | социально- коммуникатив ное разви-тие; | Чтение стихотворения « Веселые человечки»(Распечатка Алябьева, стр19)-формировать умение понимать смысл стихотворения | | | | |
| Вечер: | социально- коммуникатив ное развитие; познавательн ое развитие; речевое развитие; | Оздоровительная гимнастика после сна. Побудка- способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после сна Беседа .«Как прошёл сегодняшний день в детском саду» Цель: учить детей | Предложить детям понаблюдать за ростом лука. Рассмотреть посаженные ранее им луковицы. | Поощрять желания детей самостоятельно подбирать игрушки и атрибуты для игры, использовать | Подвижная игра «Платок»- развивать быстроту и ловкость(Н.Д.- Ю.У.) Подвижная игра | |

| | | | | | | | |
|--|-----------|---|---|--|--|--|--|
| | | художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | заботиться о своём здоровье; совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены; закрепить с детьми, какую пользу приносят солнце, воздух и вода; необходимость витаминов для человеческого организма; побуждать детей отвечать на вопросы. Развивать мышление, память. Сюжетно-ролевая игра «Почта»-закреплять знания профессии «почтальон», развивать умение организовывать игру | Выводы нарисовать в календаре С\р игра «шоферы». Сюжет «Моем машину». Цель: организовать использование детьми умения распределять роли, выполнять игровые действия. | предметы-заместители Кгн Цель: формировать у детей культурно-гигиенические навыки самообслуживания, учить правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами. | «Шоферы»-учить придумывать различные действия и изображать их; рассказывать о воображаемых событиях. | |
| | Прогулка. | | Игры детей с выносным материалом. Сюжетно-ролевые игры по выбору детей. ПИгра «Лохматый пёс» -учить двигаться в соответствии с текстом, упражнять в беге. «Ловкая пара» Цель: развивать глазомер, достигая хорошего результата. Игровая деятельность детей по интересам Элементарные трудовые поручения – собрать игрушки в корзину после прогулки. | | | | |

| День недели | Режим | Интеграция образовательных областей | Совместная деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей | | | Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей (центры активности, все помещения группы) | Взаимодействие с родителями/ социальными партнёрами |
|-------------|-------|-------------------------------------|--|----------------|--|--|---|
| | | | Групповая, подгрупповая | Индивидуальная | Образовательная деятельность в режимных моментах | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

| | | | | | | | |
|--------------------|-----------|---|--|--|--|---|--|
| Пятница – 8.04.22г | Утро | <p>. социально-коммуникативное развитие;</p> <p>познавательное развитие;</p> <p>речевое развитие;</p> <p>художественно-эстетическое развитие;</p> <p>физическое развитие.</p> | <p>Комплекс утренней гимнастики «Веселая Зарядка»</p> <p>Беседа «Кто такие взрослые люди»- поддерживать и развивать в детях интерес к миру взрослых, вызвать желание следовать тому, что достойно подражания, и объективно оценивать недостойное поведение и деятельность.</p> <p>Дидактическая игра. «Распутай путаницу»-учить детей свободно пользоваться предметами по назначению</p> <p>Рассматривание альбома «Правила гигиены» (чтение правил)</p> | <p>Дидактическая игра «Выбери нужное.»-закреплять знания о природе. Развивать мышление, познавательную активность по культурно-гигиеническим навыкам-закрепление умения аккуратно пользоваться столовыми приборами во время еды.</p> | <p>Учить детей оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме(Я и мое здоровье)</p> | <p>Ср игра «Магазин».</p> <p>Цель: воспитывать культуру общения, развивать умение сочетать в одной игре различные роли (мама – покупатель, папа - водитель.</p> <p>Дидактическая игра «Валеология или здоровый малыш»</p> | <p>посмотреть с ребенком мультфильм «Ох и Ах», провести беседу по просмотренным мультфильмам .</p> |
| | НОД | <p>9.00-9.30</p> <p>Лепка/аппликация</p> | Голицына ст.306 | | | | |
| | | <p>11.00-11.30</p> <p>Физ.Культура на воздухе</p> | По плану инструктора | | | | |
| | Прогулка: | социально-коммуникатив | П №4 наблюдение за собакой И.В.Кравченко ст.172 | | | | |

| | | | | | | |
|-------------------|--|--|--|--|---|---|
| | | ное; познавательное; речевое; физическое развитие | | | | |
| Работа перед сном | социально-коммуникативное развитие; | Беседа «Мои эмоции»-учить детей эмоционально воспринимать идею, содержание художественных произведений; формировать у детей потребность в доброжелательном общении с окружающими; воспитывать у детей доброе отношение к близким, уметь исправлять свои ошибки, прося прощения; развивать у детей диалогическую речь, активизировать словарь. | | | | |
| Вечер: | социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. | Оздоровительная гимнастика после сна. Побудка-способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после сна Дидактическая игра «На кого я похож?»-формировать интерес к своей родословной. Чтение рассказа Д. Орлова «Как СТОбед решил убить микробов, а заболел сам» Познакомить детей с новым произведением. Проанализировать поведение персонажа при помощи вопросов, сделать выводы, найти ошибки героя и исправить их. | «Кто помогает тебе быть здоровым?» Д/и «Подбери пару», «Профессии» | Формировать у детей осознанное отношение к порядку, стремление поддерживать порядок в окружающей обстановке, самостоятельно и добросовестно выполнять обязанности дежурного. | Дидактические игры: «Узнай героя по описанию», «Что кому» Игры со строительным материалом- «Сказочные дворцы» П/И «Ветер» | Родителям рекомендуется: уточнить знания детей о семье; знать состав семьи; знать И.О. родителей, кем работают и какую работу выполняют. |
| Прогулка. | | Наблюдение за солнцем. Цель: развивать любознательность. Худ. слово. Ты весь мир обогреваешь Ты усталости не знаешь, Улыбаешься в оконце, И зовут тебя все ... Цель: закрепить умение отгадывать загадки. П/и «Два Мороза» Цель: закрепить умение выбирать ловишек по считалке(Н.Д.-Ю.У.) | | | | |

Однажды на игрушечной фабрике сделали мальчика. Он получился очень непослушный и озорной, его назвали Стобед, Отдали его на воспитание к добрым людям. Мальчик часто попадал в невероятные истории. У Стобеда была очень скверная привычка: брать в рот самые разные вещи.

Однажды он нашел в саду под деревом маленький кругляшок с интересным завитком. Повертел его в руках, пощупал, а потом сунул в рот, И сразу почувствовал, что кто-то щекочет его язык. Он выплюнул кругляшок и с ужасом увидел, что это была улитка!

Прошло несколько дней. У Стобеда заболел живот. Его тошнило, поднялась температура. Ему стало страшно, мальчик не знал, что ему делать.

Решили позвать доктора. Он, как всегда, стал смотреть горло, щупать живот:

- Наклонитесь ко мне, я что-то скажу вам на ушко, - прошептал Стобед и рассказал, что брал в рот улитку.

Доктор выслушал и сказал:

- У тебя выросли червячки, они сосут твою кровь.

- Это кто такие? - испуганно спросил Стобед.- Червяка я в рот не брал!

- Но всякие грязные вещи в рот берешь? А на них такие крохотные, невидимые яички этих червяков. Вот ты их и наглотался. Теперь тебя надо лечить. Больше грязные вещи в рот не бери и пальцы не соси.

Теперь Стобеда лечат, он поправился и написал стишок:

В рот берем бутерброд

И котлету и компот.

А того, что есть нельзя,

Не берите в рот, друзья!

Конспект непосредственно образовательной деятельности для детей старшей группы по продуктивной деятельности: «Мы делаем зарядку»
(коллективная лепка)

Цели:

Учить создавать коллективную сюжетную композицию, анализировать особенности изображения человека в движении, соотносить части по величине и пропорциям; развивать навыки работы с пластилином; воспитывать умение работать в коллективе; прививать желание вести здоровый образ жизни

Задачи:

Закреплять умение коллективно творчески работать, умение согласовывать свои действия, договариваться друг с другом; развивать фантазию, чувство цвета, эстетический вкус, аккуратность.

Предварительная работа:

Беседа о здоровом образе жизни.

Материал и оборудование:

Сюжетные картинки по теме, пластилин, стеки, дощечка для раскатывания пластилина, салфетка, картон.

Ход занятия

1. Создание игровой мотивации.

На доске развешены сюжетные картинки. Звучит песня «Если хочешь быть здоров».

Воспитатель. Жил – был на свете мальчик по имени Алеша. Как – то раз он побывал в цирке и увидел там артиста, который поднимал машины, десяток акробатов. Ему очень это понравилось, и он решил...

«Силачом я стать хочу,

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем,

Как вы стали силачом?

На меня силач взглянул,

К потолку подкинул стул.

А затем, его поймав,

Как пушинку, поднял шкаф.

Вот к столу он подошел,

Ухватил за ножку стол,

Стал жонглировать им ловко.

- Это – просто тренировка!

Свой секрет не утаю.

Рано утром я встаю

И при солнце, и в ненастье

Открываю окна настежь.

Приступаю я к зарядке.

Вместе пятки, врозь носки,

Приседанья и прыжки.

Сто веселых упражнений

Со скакалкой и мячом!

Будешь делать их без лени –

Тоже станешь силачом!»

- Вот такой совет дал артист нашему Алеше. Но зарядка не только делает нас сильными. Вы замечали, что после нее у нас улучшается настроение? В общем, чтобы день прошел наш гладко, начнем его мы с физзарядки.

А помните ли вы, какие упражнения мы делаем? (Дети по желанию показывают упражнения.) Какие упражнения у вас самые любимые? Нет Воспитатель. Посмотрите на нашу композицию. Каждый из вас делает разные упражнения: Дима любит прыгать на одной ножке, Катя делать наклоны, Мише нравится делать наклоны туловища, а Алена с удовольствием занимается с мячом. Но какие бы мы упражнения ни делали, главное, что все они приносят нам здоровье и хорошее настроение.

Мы зарядку делали,

Прыгали и бегали.

Стали загорелыми,

Сильными и смелыми.

Занятие на тему «Кожа. Гигиена кожи ребенка»

Старшая группа

Задачи: ознакомить детей с элементарными вале логическими знаниями о коже (она защищает органы от ударов, воды, солнца; это орган выделения, орган чувств); дать новые и закрепить уже известные детям знания о правилах ухода за кожей рук, лица, ног, туловища, о гигиенических требованиях к туалетным принадлежностям, об оказании первой помощи при травмах, воспитывать валеологическое сознание детей, т.е. стремление заботиться о своем здоровье, давать оценку фактов, ухудшающих и улучшающих здоровье человека.

Словарная работа: усвоение новых слов и понятий — лупа, микробы, обморозить, увеличительное стекло, пот.

Оборудование: лупы, схемы мытья рук, стекла для микропрепаратов.

Ход занятия

Быть здоровым очень важно. Только здоровый человек по-настоящему может познать радость труда, жизни. Ему легко работать и учиться.

Одного мудреца спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни?» Подумав, мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают еще человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля».

Вопрос: Посмотри на окружающих тебя людей. Какие части тела ты можешь назвать у человека?

Верно! Тело человека состоит из головы, туловища, рук, ног. Руки и ноги можно назвать одним словом — конечности. Голова, туловище, конечности — это части тела. Все части тела покрыты кожей. Рассмотрите кожу. Потрогайте ее пальцами, немного потяните.

Вопрос: Что ты можешь сказать о коже?

Проверь себя: кожа гладкая, мягкая, легко растягивается.

Обрати внимание — на коже есть небольшие складки.

Вопрос: Для чего нужны складки на коже?

Опыт I. Чтобы ответить на этот вопрос, проделай такой опыт:

а) положи на стол левую руку ладонью вниз; сверху на пальцах хорошо видны складки. Правой рукойхвати складки кожи на каком-либо пальце левой руки. Попытайся согнуть палец. Это не получается. Отпусти складки и согни палец. Он сгибается свободно;

б) опусти вниз руку и обрати внимание на локоть с наружной стороны руки. Согни и разогни несколько раз руку в локте.

Наблюдай, что происходит со складками.

Объясни теперь значение складок кожи!

Проверь себя: складки на коже нужны для того, чтобы не мешать движению пальцев, рук, ног и других частей тела.

Опыт II. Рассмотрю кожу через лупу. Лупа — это прибор, основной частью которого является увеличительное стекло. Оно увеличивает все рассматриваемые через него предметы.

Вопрос: Что мы видим через лупу?

Через лупу на коже видны небольшие дырочки-поры и мелкие волоски через поры на поверхность кожи выделяется жир. Проведи пальцем по лбу. Затем приложи палец к маленькому стеклышку. Что ты увидел на стекле? Правильно, жирное пятно.

Проверь себя: это жир, который выделился через поры на кожу лба. Жир смазывает кожу, делает ее мягкой, не дает ей высыхать. Иногда отдельные участки кожи пересыхают. Чаще других пересыхает кожа на тыльной стороне ладони. Это бывает, когда человек вымоет руки, недостаточно сухо их вытрет полотенцем и выйдет на улицу. От ветра кожа быстро сохнет, сильно натягивается и начинает шелушиться.

Иногда на ней могут появиться трещинки, из которых сочится кровь. Человек испытывает сильную боль. Через трещины в глубь кожи могут попасть микробы и вызвать различные заболевания (*показ картинки.*) Поэтому после мытья обязательно сухо вытирай и руки, и лицо. Не выходи с мокрыми руками и лицом на улицу.

Вопрос: Что нужно делать, если на каком-то участке кожа все-таки пересохла?

Правильно, нужно смазать ее на ночь кремом, лучше всего специальным детским. Кроме жира, через поры выделяется пот.

Вопросы: Какой он? В каких случаях выделяется пот?

Пот — это продукт выделения из организма вредных веществ, солей. Пот и жир остаются на поверхности кожи. К ним прилипает пыль. Так тело покрывается грязью. На грязной коже поселяются микробы.

Вопрос: А что происходит с микробами на чистой коже?

Верно, на чистой коже микробы погибают. «От простой воды и мыла у микробов тают силы». Поэтому обязательно следите за чистотой кожи. Не реже одного раза в неделю надо мыть все тело мочалкой и теплой водой с мылом. При этом наиболее гигиеничным является душ, так как он постоянно обмывает тело струями чистой воды. К тому же душ закаляет организм. После душа следует хорошо вытереться сухим полотенцем.

Вопрос: Почему нельзя пользоваться чужими полотенцем и мочалкой? (*Ответы детей.*)

Открытые части тела — лицо, руки, шея — быстрее других грязнятся. Их надо мыть два раза в сутки — утром и вечером. Но особенно часто загрязняются руки, и обычно на них бывает больше микробов, чем на других частях тела.

Вопросы: Как часто надо мыть руки? Почему после мытья руки надо тщательно вытирать? Вспомните! Почему надо вовремя стричь ногти и следить, чтобы под ними не было грязи? Кто знает, как правильно надо мыть руки?

Замечательно, все знают. А все-таки мы сейчас это проверим.

Вызванный ребенок выкладывает на экране схематичные рисунки мытья рук, остальные дети выполняют это задание у себя на столах. Затем происходит взаимная проверка выполнения задания.

Проверь себя: руки надо мыть перед едой, до и после чтения книги, после прогулки, после посещения туалета, после игры с кошкой, собакой, после занятий трудом. Участки кожи под ногтями следует почистить щеточкой, намыленной мылом.

Исполняется песенка «Микробы и мыло»

По воздуху летают микробы, микробы,

На кожу попадают микробы, микробы.

Сквозь ссадины и ранки стремятся спозаранку

Проникнуть в нас микробы, микробы.

Мойте руки с мылом, мылом белым,

Пропадут микробы навсегда,

Защищают тело, тело, тело

Солнце, воздух, мыло и вода.

Таким образом, вы поняли, что кожа защищает ваш организм. Она принимает на себя все повреждения. Каждый человек должен уметь оказать себе и другому пострадавшему первую помощь. При серьезном повреждении кожи помощь оказывает врач, а если это небольшая ссадина или царапина, то следует сделать следующее:

☑ теплой, кипяченой водой очистить кожу вокруг раны и саму рану от грязи, обсушить ее;

☑ смазать кожу вокруг раны йодом. Йод убивает микробы, рана не будет гноиться и быстро заживет;

☑ перевязать рану стерильным бинтом. Такие бинты можно всегда купить в аптеке. Если бинта не оказалось, можно использовать чистую хлопчатобумажную тряпочку, предварительно прогладив ее горячим утюгом (все эти действия можно проделать на кукле или друг на друге).

При небольших ушибах или ранах к больному месту нужно обязательно приложить что-нибудь холодное, например, грелку с холодной водой или льдом. Через 2–3 дня на ушибленное место необходимо наложить теплую повязку.

При ожогах кожи бывает сильная боль. Чтобы ее уменьшить, надо к месту ожога приложить что-нибудь холодное; обожженное место смазать каким-нибудь жиром; при сильных ожогах — обратиться к врачу.

Если на месте ожога образовались пузыри, их ни в коем случае нельзя вскрывать.

Кожу можно не только обжечь, но и обморозить.

Вопрос: Когда это может случиться?

Если такое произошло, надо быстро и энергично растереть обмороженное место мягкой сухой тканью до легкого покраснения; смазать его свиным или гусиным жиром; наложить повязку из широкого бинта с прослойкой ваты или перевязать шерстяным платком, шарфом либо другой теплой вещью; выпить горячего чаю и обратиться к врачу.

Вопрос: Кто знает, что вредно для кожи? *(Ответы детей.)*

Проверь себя: для кожи вредно курение. У курильщика, даже совсем еще молодого, кожа быстро становится дряблой, на ней рано образуются морщины. Изменяется цвет лица и кожи, которая становится сероватой или желтоватой.

Особенно быстро такие изменения происходят на коже лица, она становится некрасивой, а человек по внешнему виду кажется старше своего возраста.

По цвету кожи можно определить, здоров человек или болен, особенно легко узнать курильщика. Народная пословица гласит: «Не спрашивай о здоровье, а смотри на лицо».

Вывод. Кожа покрывает тело человека. Она защищает его от различных повреждений, ранений, ожогов, обморожений, от проникновения внутрь болезнетворных микробов. Чтобы предупредить некоторые заболевания, необходимо соблюдать гигиену кожи. При небольших повреждениях кожи надо сразу оказать первую помощь пострадавшему.

Конспект непосредственно образовательной деятельности для детей старшей группы по продуктивной деятельности: «Мы делаем зарядку» (коллективная аппликация)

Цели:

Учить создавать коллективную сюжетную композицию, анализировать особенности изображения человека в движении, соотносить части по величине и пропорциям; развивать навыки работы с пластилином; воспитывать умение работать в коллективе; прививать желание вести здоровый образ жизни

Задачи:

Закреплять умение коллективно творчески работать, умение согласовывать свои действия, договариваться друг с другом; развивать фантазию, чувство цвета, эстетический вкус, аккуратность.

Предварительная работа:

Беседа о здоровом образе жизни.

Материал и оборудование:

Сюжетные картинки по теме, пластилин, стеки, дощечка для раскатывания пластилина, салфетка, картон.

Ход занятия

1. Создание игровой мотивации.

На доске развешены сюжетные картинки. Звучит песня «Если хочешь быть здоров».

Воспитатель. Жил – был на свете мальчик по имени Алеша. Как – то раз он побывал в цирке и увидел там артиста, который поднимал машины, десяток акробатов. Ему очень это понравилось, и он решил...

«Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу:
- Расскажите вот о чем,
Как вы стали силачом?
На меня силач взглянул,
К потолку подкинул стул.
А затем, его поймав,
Как пушинку, поднял шкаф.
Вот к столу он подошел,
Ухватил за ножку стол,
Стал жонглировать им ловко.
- Это – просто тренировка!
Свой секрет не утаю.
Рано утром я встаю
И при солнце, и в ненастье
Открываю окна настежь.
Приступаю я к зарядке.
Вместе пятки, врозь носки,
Приседанья и прыжки.
Сто веселых упражнений
Со скакалкой и мячом!
Будешь делать их без лени –
Тоже станешь силачом!»

- Вот такой совет дал артист нашему Алеше. Но зарядка не только делает нас сильными. Вы замечали, что после нее у нас

улучшается настроение? В общем, чтобы день прошел наш гладко, начнем его мы с физзарядки.

А помните ли вы, какие упражнения мы делаем? (Дети по желанию показывают упражнения.) Какие упражнения у вас самые любимые? Нет – нет, не показывайте мне их. Давайте вылепим самих себя, выполняющих эти упражнения.

2. Показ приемов работы.

Воспитатель показывает приемы лепки фигуры человека, обращая внимание на пропорции, меняет положение рук и ног, показывая наиболее выразительные позы.

3. Пальчиковая гимнастика:

«Пальчики устали, в кулачок свернулись

Один, два, три, четыре, пять захотели поиграть

Постучали в дом соседей,

Там проснулись: шесть, семь, восемь, девять, десять

Веселятся все! Но пора обратно всем:

Десять, девять, восемь, семь,

Шесть калачиком свернулся,

Пять зевнул и отвернулся,

Четыре, три, два, один

Снова в домиках мы спим!»

4. Практическая работа.

Задание: выполнить аппликацию по теме, составить композицию «Мы делаем зарядку»

5. Итог занятия.

Композиция детей выставляется на стенде.

Воспитатель. Посмотрите на нашу композицию. Каждый из вас делает разные упражнения: Дима любит прыгать на одной ножке, Катя делать наклоны, Мише нравится делать наклоны туловища, а Алена с удовольствием занимается с мячом. Но какие бы мы упражнения ни делали, главное, что все они приносят нам здоровье и хорошее настроение.

Мы зарядку делали,

Прыгали и бегали.

Стали загорелыми,

Сильными и смелыми.