Непосредственно образовательная деятельность  
  
по образовательной области  
  
«Физическая культура» и «Познание»  
  
«Витамины для здоровья».  
  
Цель: Развивать уверенность в своих силах; физические и волевые качества; любовь к спорту.  
  
Задачи: Продолжать учить преодолевать препятствия, действовать коллективно, строго соблюдая правила игр и эстафет.  
  
Упражнять в умении выполнять разные варианты упражнений под музыку; сочетать ходьбу «крадучись», с бегом боковым галопом в разных направлениях.  
  
Закреплять навыки построения в шеренгу, расчет на 1, 2, перестроение в две шеренги и две колонны.  
  
Совершенствовать двигательные умения и навыки выполнения основных движений в играх - эстафетах: бег, подлезание под дугу на четвереньках, прыжок в высоту, преодолевая препятствие с разбега, ходьба по узкой доске, сохраняя равновесие, прыжки с продвижением вперед.  
  
Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в занятии.  
  
Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим.  
  
«Познание». Расширять представление о сферах человеческой деятельности, профессиях (медицинская сестра, аптека, магазин, их атрибутами, значением в жизни общества. Поощрять попытки делиться с педагогом и другими детьми разнообразными впечатлениями, полученной информацией о витаминах и формировании здорового образа жизни.  
  
«Музыка». Закреплять навыки выполнения общеразвивающих упражнений под музыку, согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.  
  
«Безопасность». Формирование навыков безопасного поведения в эстафетах и подвижных играх, при пользовании спортивным инвентарем.  
  
Средства: для больного: градусник, повязка, плед, шарф, стул, стол; для эстафет: деревянные ложки -2 шт., маленькие корзины -2 шт., подносы – 2 шт, маленький стул, вывески «аптека» и «магазин», ленты – 2 шт., конусы, - 2 шт., дуги – 2 шт., скамейки – 2 шт., узкие доски – 2 шт., обручи – 6 шт., карточки с буквами: А, В, С, D, Е; стол с продуктами.  
  
Музыкальное оформление: диск «Детские песни» -трек 163 «Песня Знайки и его друзей», трек 99 «Усатый нянь», кассета «Сборник № 5» сторона В «Вьюга».  
  
Методическая литература: М. Ю. Картушина «Быть здоровыми хотим», стр. 270; Н. Е. Веракса Программа «От рождения до школы» (старшая группа, стр. 182.  
  
Ход  
  
непосредственно образовательной деятельности.  
  
Дети входят в зал, выстраиваются в шеренгу.  
  
Инструктор: Дети подровнялись. Начнем наше занятие. Посмотрите к нам сегодня пришли гости, и мы им покажем, как мы с вами умеем заниматься.  
  
Вдруг входит воспитатель в зал, изображая плохое самочувствие (голова перевязана, градусник, укутана в плед) садится на стул, меряет температуру, охает.  
  
Инструктор: Что с вами случилось?  
  
Воспитатель: Ох, что-то мне плохо. Наверное, я заболела?  
  
Инструктор: Это не порядок, плохо.  
  
А вот ребята ваши, я смотрю, очень хорошо выглядят: бодрые, веселые, подтянутые и настроение - замечательное. Так, ребята?  
  
Дети: Да!  
  
Инструктор: Ребята, ответьте, что вы делаете для того чтобы быть такими энергичными, бодрыми и подтянутыми?  
  
Дети: - делаем зарядку по утрам;  
  
- занимаемся физкультурой;  
  
- много гуляем, дышим воздухом;  
  
- занимаемся спортом, каемся на санках, лыжах, коньках;  
  
- закаляемся;  
  
- правильно питаемся, принимаем витамины.  
  
Инструктор: Все правильно вы делаете, молодцы! А, что это за витамины вы такие принимаете и откуда вы их берете? Зачем они нам нужны?  
  
Дети: нам дает их мед. сестра, их можно купить в аптеках и (другие ответы детей).  
  
Инструктор: Правильно, они необходимы, чтобы все наши органы исправно работали, а кости и мышцы нормально росли и развивались. А вы знаете, что слово «витамин» произошло от латинского «вита», что означает «жизнь».  
  
Да, ребята, наверное, вашему воспитателю нахватает витаминов, поэтому её организм ослаб, и она плохо себя чувствует. Ребята, какие витамины вы знаете?  
  
Дети: А, В, С, D, Е и др.  
  
Инструктор: А кто знает, из вас, какой витамин оберегает нас от простуды?  
  
Дети: Витамин С.  
  
Инструктор: правильно, это самый известный витамин. Но не все наверное знают, что витамин D повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям.  
  
Воспитатель: Апч-хи! Апч-хи! (вытирает нос платком, достает градусник).  
  
Инструктор: Да у вас температура.  
  
От простуды и ангины  
  
Нам помогут витамины!  
  
Срочно нужно их добыть  
  
И больного излечить!  
  
Все построились, подравнялись. Равняйсь! Смирно! Направо! На поиски витаминов шагом марш!  
  
I часть. Вводная. Под музыкальное сопровождение. (тр. 163)  
  
Ходьба обычная, «крадучись», гимнастическим шагом. Боковой галоп правое плечо вперед. Ходьба с высоким подниманием бедра, с забрасыванием голени назад. Боковой галоп левое плечо вперед. Обычная ходьба врассыпную. Построение врассыпную для проведения общеразвивающих упражнений.  
  
Упражнение на дыхание «Ёж» (по И. Стрельниковой):  
  
Вот свернулся ёж в клубок, (присесть, глубокий вдох,  
  
Потому что он продрог. обхватить руками колени - выдох)  
  
Лучик ёжика коснулся – (выпрямиться, потянуться)  
  
Ёжик сладко потянулся. (повт 4 раза)  
  
II часть. Основная.  
  
Инструктор: И так ребята для дальнейших поисков витаминов нам необходимо размяться разогреть мышцы рук и ног.  
  
Чтоб с микробами сразиться,  
  
Витамины нам найти,  
  
Дружно надо потрудиться  
  
И разминку провести.  
  
1. Общеразвивающие движения под музыку (тр. 42 «На зарядку»).  
  
- наклон головы вправо, влево;  
  
- наклон головы с подъемом плеча;  
  
- подъем рук вверх, в стороны;  
  
- шаг в сторону, руки в стороны, верн. в исх. п. ;  
  
- повороты вправо, влево, вынося одну руку вперед, другая на плече;  
  
- шаг назад руки вверх, наклон вперед, несгибаем колени, выпр. ;  
  
- сидя на полу, ноги согнуты в коленях, прогнуться в спине, верн. в исх. п. ;  
  
- сидя на полу, движение на ягодицах вперед – назад;  
  
- приседание стоя на коленях;  
  
- подскоки вокруг себя.  
  
  
2. Основные виды движений.  
  
1. Эстафеты - «В аптеку за витаминами»  
  
(дети делятся на две подгруппы).  
  
С ложкой в руках дети должны подлезть под дугой, перепрыгнуть через скамейку, подбежать к «аптеки», положить в ложку витаминку и отнести в свою команду, положить в банку, отдать ложку следующему игроку. Цель эстафеты: как можно больше набрать витаминов.  
  
Инструктор: Капитаны команд отнесите витамины больному.  
  
Больной воспитатель благодарит детей, принял витамины, отложил в сторону градусник и снял с себя плед, ему стало чуть лучше.  
  
Инструктор: Ребята хочу открыть вам небольшой секрет, что витамины живут не только в аптеках, но и продуктах питания.  
  
В овощах живем и фруктах,  
  
Есть во многих мы продуктах.  
  
А кто летом в лес пойдет,  
  
Витамин и там найдет!  
  
Я вам ребята сейчас немного расскажу, какой витамин, в каких продуктах обитает.  
  
(Дети садятся на ковер, инструктор выносит стол, корзину с продуктами, карточки).  
  
Витамин А – отвечает за здоровую кожу и хорошее зрение, еще его называют витамин роста. Живет этот витамин в сливках, сливочном масле, молоке, сметане, в яичном желтке, печени, моркови, помидорах, укропе, петрушке, в листьях салата, зеленом горошке, абрикосах.  
  
Витамин В – улучшает пищеварение, обмен веществ в организме, от него зависит наше настроение. Найти его можно в черном хлебе, гречневой и овсяной крупе, бобовых культурах, редисе, луке, капусте, красном перце, мясе, молоке, яичном желтке.  
  
Витамин С – оберегает от простуды, повышает сопротивляемость организма к инфекциям. Витамином С богаты фрукты: апельсины, лимоны, зеленые яблоки, гранат, виноград; овощи: чеснок, картофель, капуста; ягоды: черная смородина, земляника, облепиха, плоды шиповника, черноплодная рябина, крыжовник, клюква.  
  
Витамин D – восстанавливает зубы и кости, обеспечивает наш организм кальцием и фосфором, повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям. Обитает витамин D в рыбе (рыбий жир, печень, икра, в молоке, твороге, сливочном масле, яичном желтке.  
  
Витамин Е – залечивает раны. Он очень полезен для беременных мам. Живет этот витамин в зернах кукурузы, в моркови, капусте, зеленом горошке, яйцах, в мясных и рыбных продуктах в сливочном и оливковом масле.  
  
Недостаток в пище одного из витаминов влечет к нарушению усвоением организмом других витаминов. Необходимо помнить, что только при правильном питании (оно должно быть разнообразным) витамины оказывают правильное воздействие на наш организм.  
  
Предлагаю вам сейчас отправиться в магазин и купить правильные продукты, полезные, нужные для нашего больного воспитателя.  
  
2. Эстафета - «В магазин за витаминами».  
  
Полоса препятствия: ребенок, с корзиной в руках, должен пройти по узкой доске, перепрыгнуть из обруча в обруч – 3 шт., подбежать к столу с вывеской «магазин» (на столе лежат разные продукты, взять один предмет, положить в корзину, обежав стул, отнести в свою команду предмет и положить его на поднос, передать корзину следующему игроку.  
  
В конце эстафеты инструктор с воспитателем проверяют правильно купленные продукты с полезными витаминами, капитаны относят эти продукты больному.  
  
Угощайтесь, угощайтесь  
  
И с болезнями не знайтесь!  
  
Вы на работу приходите,  
  
Но вредные микробы с собой не приводите!  
  
Больной воспитатель благодарит и обещает быстрее поправиться.  
  
Инструктор: Мы видим, что вам стало получше, мы приглашаем вас с нами подвигаться и немного поиграть.  
  
3. Подвижная игра «Грозный микроб» («Жмурки»).  
  
Воспитателю повязывается на глаза косынка, раскручивают его и после слов детей он начинает ловить их.  
  
Дети: Мы микробов не боимся, очень быстро разбежимся.  
  
Повторить игру 2 раза.  
  
III часть. Заключительная.  
  
Веселый тренинг «Стойкий оловянный солдатик».  
  
Дети остаются сидеть на ковре, воспитатель подходит к инструктору, а инструктор начинает читать стихи обращаясь к детям и к воспитателю.  
  
Инструктор: Если хочешь быть здоровым,  
  
Правильно питайся,  
  
Ешь побольше витаминов,  
  
С болезнями не знайся!  
  
Чтобы правильно питаться,  
  
Вы запомните совет:  
  
Ешьте фрукты, кашу с маслом,  
  
Рыбу, мед и винегрет.  
  
Ешь побольше апельсинов,  
  
Пей морковный вкусный сок.  
  
И тогда ты точно будешь  
  
Очень строен и высок.  
  
Гуляй на воздухе,  
  
А летом спи с распахнутым окном,  
  
Дружи с водой, купайся, обтирайся,  
  
Зимой и летом спортом занимайся.  
  
И вот тогда, ты точно будешь крепок и здоров,  
  
И не страшна нам будет злостная простуда.  
  
Не нужно будет звать к нам докторов  
  
С лекарствами и вот - такущим шприцем!  
  
Публикации по теме: Акция «Уютный дом пернатым друзьям»  
Акция «Уютный дом пернатым друзьям»  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 4 «Солнышко» г. Дубны Московской области. Открытка к Дню пожилого человека  
Открытка к Дню пожилого человека  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №3 «Чебурашка» Мензелинского муниципального.  
Библиотека изображений:  
Еда, продукты питания Спорт и физкультура Консультации для родителей, папки-передвижки, памятки  
Опубликовано в разделах:  
Витамины  
Занятия по ознакомлению с окружающим миром  
Занятия по физкультуре. Конспекты занятий  
Здоровье, здоровьесбережение, валеология, ЗОЖ  
Здоровье. Конспекты занятий ЗОЖ, здоровьесберегающие занятия  
Конспекты занятий, НОД  
Старшая группа. Старший дошкольный возраст. Дети 5-6 лет  
Физическое воспитание дошкольников. Спорт  
Темочки  
Конкурс для воспитателей и педагогов «Лучший конспект занятия (НОД)» апрель 2015  
+ Все разделы  
Автор публикации:  
  
Наталья Чернова | Все публикации  
НОД по образовательной области «Физическая культура» и «Познание» «Витамины для здоровья»  
Опубликовано: 15 апреля 2015 в 22:30  
+10Карма+ Голосовать  
Как поставить +5 и получить медаль?  
  
Участник конкурса  
Участник конкурса  
Расскажите коллегам и друзьям!  
  
Поделиться  
Скачать и печатать  
Добавить в закладки  
Комментарии:  
Комментарии (6)  
  
МОЙ ГОЛОС!!! Удачи.  
\*Анна Аржукова  
15 апреля 2015 в 22:36  
Ответить  
  
голос! Приглашаю в гости  
\*\*\*Галья Бондарева  
15 апреля 2015 в 22:44  
Ответить  
  
Голос конечно !!! Удачи в конкурсе!!! Заходите обязательно в гости!  
\*\*\*Лариса Сотова  
15 апреля 2015 в 22:54  
Ответить  
  
Голос! Заходите на фотоотчёт "Наши выставки"!  
\*\*Людмила Матвеева  
15 апреля 2015 в 23:10  
Ответить  
  
Отлично!!!  
Наталия Прилуцкая  
21 апреля 2015 в 21:06  
Ответить  
  
Все отлично!!!  
Наталия Прилуцкая  
29 апреля 2015 в 20:38  
Ответить  
Добавить комментарий  
Популярное из нового  
Конспект ООД «Кукла Катя в гостях у детей»  
Конспект совместной организованно образовательной деятельности с детьми раннего возраста на тему: «Кукла Катя в гостях у детей» ( Образовательная область...  
Конспект НОД по аппликации из ткани «Апельсин»  
Программное содержание. Цель. Продолжать знакомить детей со способами деятельности – аппликация из ткани. Задачи. Формировать представления у детей понятие...  
Консультация «Маленькие экспериментаторы в детском саду»  
Деятельность дошкольного учреждения имеет свою особенность, поскольку весь образовательный процесс ориентирован не на обучение дошкольников ( которое имеет в...  
  
Конспект логопедического занятия «В гости к Фиксикам»  
Конспект занятия В гости к Фиксикам Образовательные области: познавательно - речевая и коммуникативно-личностная. Интеграция видов деятельности:...  
  
Лэпбук на якутском языке «Животные и растения Якутии»  
Лэпбук "Животные и растения Якутии" Хангаласский улус, село Улахан - Ан МБДОУ 15 "Кыымчаан" Обучающий Лэпбук создан для ознакомления детей...  
+ Ещё интереснее!  
  
  
Олипиады на МААМ  
  
Получить документы  
Получить дипломы  
Поиск Лучшее Новое Новости Темочки Картинки Олимпиады   
▲Вверх Главная