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