

Конспект непрерывной образовательной деятельности «Школа здоровья»

Возраст воспитанников: шестой год жизни.

Цель: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Программные задачи

1. Формировать правильную осанку, укреплять мышечный скелет, сердечно - сосудистую и дыхательную системы.

2. Развивать ходьбу и бег в колонне по одному, совершенствовать прыжки через скакалку, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, закреплять выполнение заданий по сигналу инструктора;

3. Развивать танцевально - ритмические движения, творческие способности в процессе физической активности, координацию движений, ловкость, слуховое внимание, воображение, память, способствовать обучению дошкольников грамоте;

4. Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, популяризировать занятия физической культурой и спортом среди подрастающего поколения.

Интеграция образовательных областей: «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, музыкальная.

Оборудование: картинки с продуктами питания, сигнальные карты, стол, стул, карточки с цифрами, мат, султанчики, гантели, ИКТ,

Ход:

1 этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
<p>Воспитатель: Здравствуйте, ребята! Слово «Здравствуйте» мы слышим с рождения. Это обыкновенное слово, но оно содержит улыбку и радость от встречи, тепло рукопожатия, пожелание здоровья. Давайте возьмемся за руки, улыбнемся друг другу и пожмем руки.</p> <p>Воспитатель: Я предлагаю вам сегодня прожить день школьника. Вы согласны. А моих коллег я попросила приготовить вопросы и они их будут задавать вам на протяжении всего занятия, и</p>	

<p>посмотрят, готовы ли вы к школе. Начинаем. Я ее собираюсь открыть, Согласны поступить?</p>	<p><i>Ответы детей: Да, согласны.</i></p>
---	---

2 этап: способствуем планированию детьми их деятельности

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
<p>Воспитатель: положите руки под щеку, закройте глаза и представьте себя в постели. <i>(Звонит будильник)</i> Детки, детки, хватит спать, Пора глазки открывать. Вам будильник прозвенел, И встать вам всем велел.</p> <p>Потянулись, улыбнулись, давайте сделаем несколько упражнений и пойдем чистить зубы. <i>(имитация движений).</i></p> <p>Воспитатель: для вас звучит 1 вопрос.</p> <p>1. Беседа по вопросу № 1: Воспитатель: Как правильно чистить зубы? Сколько мин? Зачем надо чистить зубы? Сколько раз в день?</p>	<p><i>Дети повторяют слова и движения за воспитателем</i></p> <p><i>Ответы детей: зубы надо чистить с углов, с боковых зубов, вверх и вниз, круговыми движениями. После чистки зубов надо помыть зубную щетку. Зубы чистят не менее 2 мин.</i></p>

3 этап: способствуем реализации детского замысла

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
<p>Воспитатель: Ребята, Маша выучила стихотворение и вам сейчас его расскажет.</p>	<p><i>Маша рассказывает стихотворение:</i> Чистить зубы каждый день Нам с братишкою не лень. Чтобы не болели зубки, И не портилась эмаль,</p>

<p>Воспитатель: После гигиенических процедур переходим к завтраку.</p> <p>2. Беседа по вопросу № 2:</p> <p>Воспитатель: Как вы думаете, зачем надо завтракать?</p> <p>Воспитатель: Давайте поиграем в игру «Полезный завтрак».</p> <p>3. Дидактическая игра «Полезный завтрак»</p> <p>Воспитатель: Предложите мне меню завтрака школьника.</p> <p>Воспитатель: Ну что ж, позавтракали, пора в школу. Согласны?</p> <p><i>Виды ходьбы: ходьба в колонне, с разным положением рук, высоко поднимая ноги.</i></p> <p>Воспитатель: Идем вдоль озера. Поднимаемся по лестнице. А вот и дорога.</p> <p>4. Беседа по вопросу № 3: Как надо правильно переходить дорогу?</p> <p>Игра «Самый внимательный»</p> <p>Воспитатель: дорогу перешли - идем дальше. Ой, опаздываем. Давайте немного пробежимся. (бег) Вот мы и в школе. (звонит звонок)</p> <p>Воспитатель: Дети, что означает</p>	<p>Нам потратить две минутки Каждый день совсем не жаль.</p> <p><i>Ответы детей: Школьники, получающие каждый день полноценный, сытный завтрак, лучше учатся, у них лучше память, они реже пропускают занятия. Фрукты, каша и что-то молочное – основа завтрака для школьника.</i></p> <p><i>Ответы детей: (дети предлагают меню)</i></p> <p><i>Ответы детей: Да, согласны.</i></p> <p><i>(задание: в-ль показывает карточку красного цвета - дети стоят, зеленого – идут, желтого – прыгают на месте).</i></p> <p><i>Ответы детей: Звонок на урок</i></p>
--	--

этот сигнал? Правильно, звонок приглашает учеников в класс.

А вы знаете, какие уроки бывают у первоклассников?

Воспитатель: Согласна. У нас с вами сейчас тоже будет урок физкультура.

Воспитатель: внимание, в колонну становись. В обход по залу шагом марш.

6. ОРУ с предметами: девочки с султанчиками, мальчики с гантелями.

1.И.п. - пятки вместе, носки врозь.

1-приподнять на носки, прямые руки вперед, 2- и.п. (7-8 раз).

2.И.п. - ноги на ширине плеч, руки опущены. 1-прямые руки вперед, 2-вверх, 3- в стороны, 4 - и.п. (7-8 раз)

3.И.п. - ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях у груди. 1 - поворот туловища вправо, руки вперед, 2 - и.п., 3 – поворот туловища влево, руки вперед, 4 - и.п (7-8 раз)

4.И.п. - ноги на ширине плеч, руки опущены. 1- приставной шаг в левую сторону, руки вперед, 2- и.п. 3- приставной шаг в правую сторону, 4- и.п (7-8 раз).

5.И.п. - сед на коленях. 1 – сесть на пятки, руки вперед, 2 - и.п. (7-8 раз).

6.И.п. - ноги на ширине плеч, руки согнуты у груди. 1 – развести прямые руки в стороны. 2 - и.п.. (7-8 раз)

7.Прыжки на двух ногах с заданием (счет до 4: 1,2,3 – прыжки на двух ногах н месте, 4 - подпрыгнуть).

Ходьба на месте.

Ответы детей: Математика, русский, чтение, музыка, физкультура

Ответы детей: Да, согласны.

Ходьба (обычная, приставной шаг, построения и перестроения, бег в колонне высоко поднимая колени, построение в звенья).

7.ОД:

1. Передача мяча от груди в строю (3 мяча)

Воспитатель: звенит звонок.

Вот и окончился урок физкультуры. Начинается перемена. А вы знаете, что такое перемена?

Звучит звонок.

Воспитатель: я приглашаю вас на урок «Ознакомление с окружающим».

Как вы думаете, о чем узнают ученики на этом уроке?

Воспитатель: на этом уроке дети изучают вопросы науки валеологии. Кто знает что это такое?

Воспитатель: Согласна. Это наука о здоровье. Что надо делать, чтобы быть здоровым?

Посмотрите, перед вами стоит парта и стул. Кто хочет показать, как правильно сидеть за партой?

8. Беседа по вопросу № 4: А почему надо соблюдать правильную позу сидя за партой?

*Звенит звонок. Перемена.
Звонок.*

Воспитатель: я приглашаю вас на очень сложный урок - математику. Мне необходимы две команды. (выбираются капитаны и они выбирают себе команду).

9. Игра-эстафета «Вызов номеров»
Звонок.

Воспитатель: Вот и окончился урок

Ответы детей: Дети играют в игры

Ответы детей: Природа, окружающий мир

Ответы детей: Здоровье

Дети показывают, как правильно сидеть за партой

Ответы детей: Скелет формируется до 18 лет. И если вы не будете соблюдать правила, то у вас будет искривление позвоночника.

<p>математики. В колонну по росту становись. Ходьба в колонне.</p> <p>Мы с вами прожили день школьника в школе, а еще ученик приходит домой, обедает, посещает кружки и секции, играет, делает уроки на следующий день, собирает портфель.</p> <p>10. Беседа по вопросу № 5: Во сколько школьник должен ложиться спать и почему?</p>	<p><i>Ответы детей:</i> Постоянный режим сна - одна из самых важных моментов для достижения хорошего отдыха. Если ребенок соблюдает регулярный график сна, каждый день ложится спать и встает в одно и то же время, он будет чувствовать себя намного свежее и бодрее.</p>
---	--

4 этап: способствуем проведению детской рефлексии

Содержание	Обратная связь на высказывание детей/примечание
<p>Воспитатель: Как Вы считаете: Вы готовы идти в школу.</p> <p>Воспитатель: Вы сегодня молодцы. Со всеми заданиями справились, ведь не зря вы ходите в подготовительную группа. И я хочу вам всем сегодня поставить оценки - пятерки. На выход шагом марш.</p>	<p><i>Ответы детей:</i> Да, готовы.</p> <p><i>Ответы детей:</i> Получилось, все замечательно.</p> <p><i>Воспитатель:</i> Совершенно верно!</p>