

Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение
комбинированного вида детский сад № 84
“Снегурочка”

**Конспект занятия с использованием элементов технологии
критического мышления
«Здоровым быть – здорово жить».**

Подготовила:

воспитатель Бутковская А. О

г.Улан-Удэ

2023 г.

Конспект занятия с использованием элементов технологии критического мышления

«Здоровым быть – здорово жить».

Программное содержание:

1. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, закреплять представления детей о способах укрепления и сохранения здоровья. Систематизировать знания детей в области ЗОЖ.
2. Воспитывать желание следить за своим здоровьем, вести активный образ жизни, создавать позитивный эмоциональный фон, соблюдать правила личной гигиены и употреблять в пищу полезные продукты.
3. Развивать внимание, мышление, логику, воображение, связную речь, активизировать и расширять словарный запас. Обучать элементам самомассажа.
4. Цель физических и упражнений: оздоровит свое тело, улучшить работу внутренних органов, наполнить организм энергией. Развивать двигательную активность.

Образовательная область:

- социально – коммуникативное развитие: воспитывать доброжелательность, привычки культурного поведения, развивать активность, самостоятельность, уверенность в себе.
- Речевое: использовать формы речи – рассуждения: объяснительную речь, речь – доказательство, использовать в речи средство языковой выразительности, строить предложения в грамматически правильной форме.
- Познание: обогащать представления детей о здоровом образе жизни, развивать познавательный интерес: искать ответы на вопросы, высказывать догадки и предположения, суждения.
- Труд: формировать представления у детей о правильном и здоровом питании, о пользе овощей и фруктов.
- Физическое развитие: добиваться точного, энергичного, выразительного выполнения всех упражнений, развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Предварительная работа: дидактические игры «Что лишнее?», «Обведи предметы личной гигиены», «Здоровая и вредная пища», называние пословиц о пище, о спорте, о здоровье; рассматривание картинок, беседа и составление рассказов на тему «Здоровье», «Режим дня». Просмотр мультфильма «Что такое иммунитет?», «Микробы». Выполнение физических упражнений.
- Оборудование: кубик вопросов, ИКТ слайды по теме «здоровье», мультфильм «Что такое иммунитет?» из серии «Смешарики», кусочки фруктов, влажные салфетки, эмблемы, коврики, шпатель, тарелки, волшебный клубок.

Ход образовательной деятельности:

(дети стоят в кругу)

-Уважаемые мудрецы, мы собрались сегодня на совет, чтобы рассказать, как бороться с болезнями и укреплять здоровье.

-Пусть услышат все люди нашей планеты,

Что здоровье – главное на свете.

Мы родились, чтобы в будущем жить!

Давайте всем миром здоровье хранить!

(Психологическое упражнение «Волшебный клубок»). Воспитатель обматывает пальцы детей ниткой под песню «От улыбки», затем все дети снимают нитку с пальца, кладут на пол.

- Ниточка не порвалась, все будут крепко дружить, совершать добрые поступки, ведь дружба – это тоже здоровье!

(дети садятся за общий стол) Игра «Кубик вопросов». (прием технологии критического мышления). На каждой грани кубика изображения символов – знаков: круг- обозначает форму, стрелка – величину, вопрос- вопрос, красный значок – цвет, И-иммунитет, контур человека – человек, люди, кружок с хвостиками – микробы.

- Кто это? (человек, люди). У каждого человека есть свое собственное здоровье.

- Имеет ли здоровье форму, цвет?

- Есть ли у него величина? Какими словами можно сказать о величине здоровья?

- (У человека может быть крепкое или слабое здоровье; большое или маленькое; расстроенное или подлеченное).

- Для чего нужно крепкое здоровье?

- (Здоровый человек бодрый, с хорошим настроением, ходит на работу, трудиться, если – ребенок, хорошо учится в школе, ходит с удовольствием в детский сад. Хорошо себя чувствует.

- (Если человек болеет, то он слабый, вялый, не может учиться или работать –жить.)

- От чего зависит здоровье?

- (от иммунитета)

- Что такое иммунитет?

- Невосприимчивость организма к микробам, бактериям, которые проникают в организм через кожу через грязные руки, немытые овощи, фрукты.

(Показ мультфильма «Иммунитет» из серии «Смешарики»)

Игра кластер «Здоровье». Прием технологии критического мышления.

(На интерактивной доске изображение буквы З –здоровье)

-Уважаемые мудрецы, скажите, что такое «здоровье»?

(дети называют, на доске выходят изображения)

1. физические упражнения
2. режим дня
3. закаливание
4. правильное питание
5. прогулки на свежем воздухе

6. занятия спортом
7. сон
8. труд
9. гигиенические процедуры
10. дружеские отношения
11. не злоупотреблять компьютером
12. медицинская помощь

- Молодцы! Все отвечали правильно и твердо знаете, что такое здоровье.

Затем проводится зрительная гимнастика. Самомассаж «Неболей-ка»

-ребром ладони проводить по лбу. (6 раз)

-поглаживание ушных раковин снизу-вверх. (5 раз)

-круговые движения указательным пальчиком около носовых пазух. (8 раз)

(Забегает Инфекция – воспитатель в серо-черной одежде с чемоданом микробов.)

- На детский сад напала инфекция проникла и к нам, хочет заразить всех, хочет, чтобы мы болели. В это время Инфекция разбрасывает черные шарики – микробы. Оставляет черные следы.

- Уважаемые мудрецы! Нам предстоит еще раз доказать, что надо делать, чтобы быть здоровым.

Игра – рассуждение «Пять шляп» Прием технологии критического мышления.

1. Ребенок надевает белую шляпу, сообщает факт: на детский сад напала инфекция, хочет, чтобы все заболели

2. Желтая шляпа –(решение проблемы)- чтобы победить инфекцию, надо обратиться к врачу, выполнять режим дня, делать гимнастику, закаляться, соблюдать гигиену, мыть руки. По мере решения проблемы шарики лопаются.

- Чистота – залог здоровья.

Двигайся больше – проживешь дольше.

3. Красная шляпа – вначале инфекция у меня вызвала страх, боязнь, но потом поняла, что эта проблема решается. - Кто спортом занимается, тот силы набирается.

- Если хочешь быть здоров – закаляйся!

4. Зеленая шляпа проявление творчества, чтобы не болеть, можно закаляться постоянно, быть активным, трудиться, гулять, дружить, то есть можно по-другому подойти к решению этой проблемы. (вновь лопается шарик).

- Режим соблюдай – здоровье укрепляй.

- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

5. Синяя шляпа – обобщает ответы друзей.

- Чтобы быть здоровыми, нужны собственные силы, усилия. Человек сам должен заботиться о своем здоровье.

- Я здоровье берегу – сам себе я помогу. (Мудрецы победили Инфекцию).

- На совете мудрейших вы правильно рассуждали: как нужно бороться с инфекцией, что делать и как повышать иммунитет. Вы сами твердо знаете и друзьям расскажите, как быть здоровым и что для этого нужно.

Приготовление фруктового шашлычка: кусочки банана, киви, яблока дети нанизывают на шпажки, предварительно обработав руки, угощают гостей и, конечно, сами.

- Здоровое питание – основа процветания.

(следов инфекции не осталось).

Пять упражнений мудрецов, их выполняют ежедневно.

1. Встать прямо, ноги на ширине плеч, руки в стороны на уровне плеч. Медленно вращаться вокруг своей оси по часовой стрелке. (5 раз).

2. Лечь на спину, руки вдоль туловища ладонями в пол. Поднять одновременно голову и прямые ноги, вдох. Опустить – выдох. (3 раза).

3. Встать на колени, наклонить голову вперед, прижать подбородок к груди, выдох. Отклониться назад. (3 раза).

4. «Мостик» Сесть на пол, ступни на ширине плеч, ладонями опереться об пол, пальцы должны «смотреть» вперед, поднять туловище вверх, чтобы оно приняло горизонтальное положение. Выдох – вдох – выдох. (4 раза).

5. «Гора» Лечь на пол лицом вниз, ладони строго под плечами, пальцы смотрят вперед, ступни на носочках. Поднять туловище вверх, выдох, прогнуть позвоночник, опираясь на пальцы ног и ладони, вдох. (4 раза).

- Спасибо, мудрецы, за выполнение упражнений, которые надо выполнять ежедневно, чтобы оздоровить свое тело, улучшить работу наших органов.

Я желаю всем здоровья!

Улыбаться, не тужить!

Потому что всем известно,

Здоровым быть – здорово жить.