

Конспект НОД по познавательному развитию для детей старшей группы на тему: «Полезные и вредные привычки»

Цель: формирование у детей основ здорового образа жизни.

Познавательное развитие: формирование у детей знаний о полезных и вредных привычках;

Речевое развитие: развитие умения поддерживать беседу, выражать через речь свои впечатления;

Социально-коммуникативное развитие: развитие эстетических чувств, эмоций, воображения..

Физическое развитие: воспитание желания вести здоровый образ жизни, формирование отрицательного отношения к вредным привычкам.

Материалы и оборудование: ноутбук; иллюстрации и плакаты по теме; предметные картинки; слова на карточках; красные и зелёные карточки у каждого из детей.

Предварительная работа: чтение художественной литературы, рассматривание картин, фотографий по данной тематике; беседы с детьми о здоровом образе жизни.

Методика проведения: организационный момент; сюрпризный момент; рассматривание иллюстраций; использование художественного слова, физкультминутки, музыкального сопровождения; загадывание загадок; рассказ воспитателя; вопросы к детям и оценка ответов детей; оценка активности детей; подведение итога занятия.

Словарная работа: «привычка», «без удержу», «облегчить жизнь», «холить», «лисятки», «шась», «подручные предметы», «рассадник», «микроранкикожи».

Ход НОД:

1. Организационный момент: дети свободно перемещаются по группе. Воспитатель: -Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас всех такими красивыми и здоровыми. Надеюсь, что вы пришли с отличным настроением.

2. Минута психологического настроения:
Со вредными привычками бороться
Решили мы ТАКИМ ПУТЁМ!
Над ними мы без удержу смеёмся,

А раз смеёмся - знать, не пропадём!

3. Сообщение темы и цели занятия.

- Из этих строк вы могли понять, о чем пойдет речь на нашем занятии. Это – привычки. Привычка – это такое действие, которое становится для нас тем, без чего мы не можем жить.

Полезные, хорошие привычки делают человека более свободным, так как о многих своих действиях он перестает задумываться, они словно совершаются сами собой.

Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь.

Вредные привычки – это наши коварные враги, они доставляют нам удовольствие и потихоньку отравляют нам жизнь, наносят огромный вред нашему здоровью. Вредные привычки могут появиться в любом возрасте. Они растут и меняются вместе с нами.

У каждого из нас есть и хорошие привычки и плохие. Но с вредными привычками надо бороться, а сила воли поможет их победить. Вот послушайте стихотворение.

Привычки.

Есть у лисички хорошие привычки:

Собираясь в гости, холить пышный хвостик,

Приучать лисяток соблюдать порядок.

Есть у лисички дурные привычки:

В курятник - шасть и курочку украсть.

4. *В группу вбегают госпожа Польза и госпожа Вред.*

Воспитатель:

- Позвольте спросить, кто вы такие? И чего вы посетили нас?

Госпожа Польза и Вред:

- Мы пришли дать советы вашим детям.

Воспитатель:

- Ну, пожалуйста!

Госпожа Польза дает советы:

- Делать добро, говорить только правду, быть вежливыми и опрятными. Давайте вспомним правило, когда нужно обязательно мыть руки:

Руки мой после игры,

И после туалета,

С улицы пришёл –

Опять не забудь про это.

И ещё закон простой,

Руки мой перед едой!

Госпожа Вред дает советы:

- Не соблюдать правила гигиены, культуры поведения, не гулять на свежем воздухе.

Воспитатель:

- Дети, чьи вам понравились советы?

Дети:

- Советы госпожи Пользы.

Воспитатель:

- Дети, давайте докажем госпоже Вредности, что ее советы плохие.

(Госпожа Польза и Вред садятся на стулья).

5. Выступление ребят:

1-ый ребенок выходит с плакатом «Ковыряние в носу»

«Эта привычка в той, или иной степени присуща, как ни прискорбно, практически всем людям. Однако, если постоянно по поводу и без повода чистить нос таким способом, можно повредить слизистую оболочку носа, вызвать кровотечение, занести инфекцию».

2-ой ребенок: «Ковыряние в зубах»

«Это та самая привычка, от которой стоматологи приходят в ужас. Вилки, спички и даже зубочистки травмируют эмаль зубов и могут повредить дёсны. В результате, стоматологические проблемы обеспечены. Если необходимо освободить от остатков пищи межзубные пространства, используйте специальную нить для зубов – флосс. По тем же причинам нельзя разгрызать орехи, откусывать зубами нитки и открывать бутылки».

3-ий ребенок: «Постоянное жевание жвачки» «Жевательную резинку целесообразно использовать только после еды, если под рукой нет зубной щётки, но не дольше 10 минут. Так считают стоматологи. Жевание стимулирует выработку желудочного сока, который заставляет пустой желудок «переваривать» самого себя. Кроме того, постоянное пережёвывание может травмировать сустав, соединяющий верхнюю и нижнюю челюсти – и тогда вы просто не сможете нормально открывать и закрывать рот».

4-ый ребенок: «Чистка ушей подручными предметами»

«Если вы чистите уши спичками, шпильками или зубочистками, можно столкнуться с несколькими проблемами. Слишком часто повреждая кожу внутри уха, вы усиливаете работу серных желёз, и внутри уха образуется серная пробка. В итоге – ухудшается слух у человека. Если серная пробка

уже есть, вы можете протолкнуть её внутрь. Наконец, велика вероятность повредить барабанную перепонку».

5-ый ребенок: «Обкусывание ногтей и заусенцев.»«Пространство под ногтями – рассадник микробов. Вы моете руки, но не вычищаете грязь под ногтями каждый раз, когда хотите их погрызть. Таким образом, легко «подселить» в организм яйца глистов и инфекционные заболевания. Очень часто микроранки кожи после таких манипуляций кровоточат, открывая ворота для бактерий. Тогда возникают болезненные воспаления».

6. Игра «Полезно-вредно».

Воспитатель называет привычки, дети сигнализируют карточками: зеленая карточка - полезно, красная карточка - вредно.

- * Выполнять утреннюю гимнастику;
- * Соблюдать режим дня;
- * Грызть ногти;
- * Долго смотреть телевизор;
- * Употреблять алкоголь;
- * Правильно питаться;
- * Общаться с людьми;
- * Курить сигареты;
- * Говорить неправду...

7. Физкультминутка.

Руки кверху поднимаем,
А потом их опускаем,
А потом их разведем
И к себе скорей прижмем.
А потом быстрее, быстрее
Хлопай, хлопай веселей!

8. Отгадывание загадок.

- Продукт вкусный, сладкая паста, он эффективный, как лекарство... (*Мед*)
- Содержит никотин растение, здоровью не найти спасения. (*Табак*)
- Знают и взрослые и дети, не все полезно пить на свете. В жизни плохую играет роль. Здоровью недруг ... (*Алкоголь*)
- Хороший мальчик не пойдет играть на скользкий и опасный ... (*Лед*)
- Чистый с запахом цветов, без него дышать нельзя. (*Воздух*)
- Но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (*Мыло*).

Воспитатель спрашивает у детей:

- Что необходимо для здоровья?
- Что опасно для здоровья?).

9. Закончи предложение.

- Как о здоровье заботаешься, так и ... (имеешь);
- Больше витаминов во ... (фруктах и овощах);
- Не читайте книгу в ... (кровати);
- Без здоровья нет... (счастья).

Воспитатель: - Послушайте *«Вредные советы» Г. Остера.*

Никогда не мойте руки,

Шею, уши и лицо.

Это глупое занятие

Не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки,

Шея, уши и лицо.

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять.

Стричься тоже бесполезно.

Никакого смысла нет.

К старости сама собою

Облысеет голова.

- Представьте портрет человека, который выполняет эти «вредные советы».

- Выскажите своё мнение.

Воспитатель обращается к госпоже Вредности:

- Осознали ли вы, к чему призывали учеников?

Госпожа Вредность:

Да, я изменила свое мнение.

А детям хочу сказать:

- Пока вы еще маленькие - приобретайте хорошие привычки.

Чтоб здоровье сохранить и счастливыми быть!

10. Итог занятия.

Воспитатель: - Наше занятие закончим такими словами:

Если есть здоровье - будет все! Ребята, вы согласны со мной? - (Да!)

- Мы вместе будем учиться беречь своё здоровье!