

**Технологическая карта валеологического занятия  
для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

**Тема ООД: Я УЧУСЬ ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВЫВАТЬ И ОХРАНЯТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ»**

**Оборудование:**

- оборудование:
- мультимедийное: магнитофон для включения аудиозаписи музыки для входа Мишки и для зарядки.
- **Интеграция областей:** социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.
- **Цель:** Создать условия для закрепления у детей знаний о необходимости соблюдать правила здорового образа жизни.
- **Задачи:** Объяснить понятие «режим дня»- планирование своего времени, а также его необходимость.

**Образовательные:**

1. Формирование двигательных умений и навыков.
2. Развитие психофизических качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости.
3. Развитие коммуникативной компетентности детей дошкольного возраста.

**Оздоровительные:**

1. Охрана жизни и укрепление здоровья ребенка.
2. Всестороннее физическое совершенствование функций организма.

**Воспитательные:**

1. Формировать навыки правильного поведения в течение дня.
2. Способствовать расширению знаний детей о здоровом образе жизни, о вредной и полезной пище, необходимости использовать некоторые предметы личной гигиены индивидуально.
3. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, потребность в соблюдении необходимых правил для сохранения и укрепления своего здоровья. Воспитывать готовность помогать тому, кому трудно; эмоциональную отзывчивость и доброжелательность по отношению к окружающим, продолжать формировать дружеские взаимоотношения.
4. Способствовать формированию у детей предпосылок учебной деятельности, слушать и понимать взрослого, действовать по правилу, удерживать в памяти правила, высказанные взрослым и действовать по нему без напоминания.

**Предварительная работа:**

Повторение режима дня, соблюдения его.

Чтение книг по теме (К.И. Чуковский «Мойдодыр») просматривание иллюстраций, дидактические игры «правильно не правильно», подвижные игры «сделай так же»

**Словарная работа:** тренировка, разминка, физические качества: сила, выносливость, ловкость, гибкость, скорость.

**Продолжительность занятия:** 25 минут

Этапы	Содержание деятельности	Действия, деятельность педагога	Действия, деятельность детей	Время
Организационный этап:	В группу к детям пришёл Мишка. Под музыку (медленным темпом)	Здравствуйте! Ребята, я уснул в берлоге. Но проснулся от то, что у меня заболел зуб и живот, а ещё у меня ломит кости и я весь чешусь.	Дети слушают Мишку.	3 минуты

Вводная часть (Мотивация)		Ребята вы сможете мне помочь, что бы я смог продолжить свою спячку?	Дети решили помочь.	1 минута
Основная часть		<p>1. Ребята вы не знаете почему у меня болит зубы?</p> <p>2. Почему у меня болит живот</p> <p>Ребята, а что вы делаете, что бы у вас животные не болели?</p> <p>Мишка удивленно: ребята, а что такое овощи и фрукты?</p> <p>3. Ребята, а от чего у меня тогда ломит кости?</p> <p>А я никогда не делал зарядку. Вы мне научите.</p>	<p>1. Дети рассказывают мишке от чего болит зубы и что нужно делать для того что бы зубы не болели.</p> <p>2. Дети рассказывают что живот болит от того что он ест грязные продукты и не моет свои лапы.</p> <p>Ребята делятся своими знаниями с Мишкой о том, что овощи и фрукты обязательно нужно мыть, и как правильно мыть руки.</p> <p>Дети рассказывают о правильном питании. И о необходимости употреблять в своём рационе фрукты и овощи.</p> <p>Ребята приглашают Мишку поиграть в игру «Рассортируй овощи и фрукты»</p> <p>3. Кости ломит от того что нужно делать зарядку каждое утро и не забывать что физические упражнения полезны для здоровья!</p> <p>Ребята играют с Мишкой в игру «Сделай как я» под музыкальное ритмичное сопровождение.</p> <p>4. Ребята объясняют Мишке, что тело не будет чесаться, если</p>	15 минут

		4.Мишка спрашивает у детей Ребята, а может быть вы знаете почему я весь чешусь?	соблюдать гигиену и мыться.	
Заключительная часть		Мишка просит ребят проверить правильно ли он запомнил правила.  Ребята, а правильно я запомнил, что мне нужно делать, что бы у меня не болели зубки, животик, кости не ломало и чесалось тело.	Ребята проверяют у Мишки все ли правильно он запомнил.	3 минуты
Рефлексия		Мишка благодарит ребят за помощь и дарит им раскраски. Мишка прощается с детьми.	Дети желают Мишке больше не болеть и всегда помнить правила о сохранении здоровья! Прощаются с Мишкой.	3 минуты

