

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

Тема ООД: «Я человек»

Оборудование: наглядное пособие «Тело человека», картина с изображением человека, дидактическая игра «Полезная и вредная пища».

Интеграция областей: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.

Цель: Формировать представления о внешнем и внутреннем строении тела человека и пространственным расположением его частей.

Задачи:

Образовательные: Познакомить с внешним и внутренним строением тела человека и пространственным расположением его частей, дать представление о роли частей тела и внутренних органов человека; Закрепить знание частей тела человека.

Развивающие: Развивать мышление, зрительную память, сообразительность; Развивать умение высказывать собственное мнение;

Воспитательные: Воспитывать любознательность; Воспитывать интерес к своему телу;

Оздоровительные: желание вести ЗОЖ.

Предварительная работа: беседа с детьми на тему «Я человек», дидактические игры «Узнай части тела», «Найди на ощупь названную часть тела», «Что полезно и вредно для глаз», загадывание загадок, чтение и заучивание стихов, разучивание разных видов гимнастик.

Продолжительность занятия: 25 мин

Этапы	Содержание деятельности	Действия, деятельность педагога	Действия, деятельность детей	Время
Организационный этап:	Привлечь внимание детей.	«Здравствуй, солнце золотое! (Руки вверх с растопыренными пальчиками — имитация солнечных лучей) Здравствуй, небо голубое! (Руки рисуют «облака» на небе) Здравствуй, вольный ветерок! (Слегка дуют на головки малышам) Здравствуй, маленький дружок! (Погладить по головке ребёнка) Мы живём в одном краю, всех я вас приветствую!» (Педагог подаёт руку каждому ребёнку и здоровается) Приветствует, устанавливает зрительный и эмоциональный контакт.	Собираются вокруг воспитателя. Приветствуют. Присаживаются на свои места, внимательно слушают воспитателя.	2 мин.
Вводная часть (Мотивация)	Вызвать интерес к предстоящей деятельности.	Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому, что вы сказали «Здравствуйте». Это - значит здоровье желаю. Ребята, послушайте и отгадайте загадку, и тогда вы узнаете, о чём мы будем сегодня с вами говорить. <i>Загадка</i> На земле он всех сильнее.	Дети слушают и общаются с воспитателем. Пытаются отгадать тему занятия.	

		Потому что всех умней. (Человек)		
Основная часть	<p>Этапы постановки проблемы Порассуждать на тему человек. Ввести проблемный вопрос: чем мы отличаемся друг от друга?</p> <p>Этап восприятия материала</p>	<p>Правильно, это человек. Сегодня мы с вами будем говорить о человеке. Кто такой человек? (ответы детей). В мире проживает много людей. Все они чем-то похожи друг на друга, а чем-то отличаются. Посмотрите друг на друга и скажите, чем вы похожи, а чем отличаетесь (ответы детей). - Хотя мы все и разные, но все похожи между собой строением тела: у каждого есть руки, ноги, голова, туловище. Все это называют частями тела. Покажите и назовите свои части тела (дети показывают и называют). 1 Быть у каждого должна Очень "умной" голова. 2 Я верчу ей как ушко Голова сидит на шее 3 Животик, спинка, грудь, Их вместе всех зовут – туловище. 4 Съел еду я всю, и вот Мой наполнился живот. 5 На прогулке не забудь Закрывать от ветра грудь. 6 Руки – чтоб ласкать, трудиться, Воды из кружки напиться. На руке сидят мальчики Очень дружные пальчики 7 Бегут по дорожке Резвые ножки. Спотыкнулся через Генку И ушиб себе коленку. - а можете ли вы на ощупь найти названную часть тела? Игра «Найди на ощупь названную часть тела»</p> <p>Беседа о частях тела. - Все дети разные и одновременно похожие, потому что тело состоит из одинаковых частей. Давайте посмотрим, какие части тела есть у человека. Давайте их назовем и расскажем, что делает каждая часть. По очереди ребенок называет часть тела, показывает ее на картине, отвечает о действиях.</p>	<p>Вступают во взаимодействие с воспитателем. Высказывают свои предположения. Участвуют в игровой деятельности, вспоминая прошлые занятия. Внимательно слушают воспитателя, и по необходимости отвечают на вопросы. Игра «Найди на ощупь». Дети становятся парами, одному ребенку из пары закрывают глаза, и он должен найти названную педагогом часть тела. Потом дети меняются местами.</p> <p>Правильно держат осанку, внимательно слушают воспитателя, и по необходимости отвечают на вопросы.</p>	20 мин

	<p>Этап практический Получить обратную связь от детей о предоставленной информации (ответы на вопросы). Разрешить проблемную ситуацию</p>	<p><u>Физминутка</u> Раз, два, три, четыре, пять – тело будем изучать Вот спина, а вот животик Ножки, Ручки Глазки, Ротик, Носик, Ушки, Голова Шея крутит головой, Ох, устала! Ой-ой-ой! Лоб И брови Вот реснички, Запорхали, словно птички Розовые щечки Подбородок кочкой Волосы густые Как травы луговые. Плечи, Локти И колени У меня, Сережки, Лены. Шагать <i>(Показать называемые части тела Дети стоят у стульев)</i></p> <p>Рассказ про скелет человека. Как у дома есть стены и поэтому он такой крепкий, так и у человека есть кости и мышцы, большие и маленькие. Если бы у человека не было костей, его тело было бы мягким. Кости, составляющие скелет, поддерживают тело и обеспечивают защиту от ранений и ушибов. Потрогайте себя, руки, ноги, животик. Как вагоны в поезде связаны друг с другом, так и мышцам и кости связаны между собой. Человек был бы бесформенным и некрасивым, если бы у него не было скелета. Скелет - это наша опора. На вид он хрупкий, но на самом деле очень прочный. Скелет служит организму не только опорой, но и защищает внутренние органы. Рассмотрите свои руки, пошевелите пальчиками рук. - Наше тело покрыто кожей, которая защищает его. Посмотрите на кожу, особенно на пальцах рук. Она должна быть целой, без повреждений. Воспитатель показывает части на картинке.</p>	
--	---	--	--

Беседа об органах - Один из самых главных органов — мозг. Он все знает и за все отвечает. Мозг помогает человеку думать, ходить, делать разную работу. Он очень крупный. Хорошо, что твердый череп надежно защищает мозг от повреждений. Но все-таки старайтесь не ударяться головой. От сильного удара бывает сотрясение мозга.

- Сердце похоже на большой насос, который качает кровь. По всему телу «бегает» кровь по разным сосудам. Главная задача крови — накормить все тело. А качает кровь, помогает ей двигаться очень важный орган — сердце. Сердце работает постоянно, даже когда человек спит.

- Находится сердце в центре груди, почти посередине, а размером с кулак. Сложите руку в кулак и приложите к центру груди, чуть левее. Вот примерно такого размера ваше сердце. А теперь сжимайте и слегка разжимайте кулак — так работает сердце. А вы слышите стук сердца? Сердце нужно беречь. Но это не значит, что нужно все время лежать и ничего не делать. Сердце нужно тренировать, заниматься физкультурой. Когда бегаешь, сердце быстрее работает. Стучит и качает кровь.

- Предлагаю вам приложить ладони к сердцу и прислушаться. А теперь попрыгайте, побегайте на месте, наклонитесь вперед, назад. Теперь снова приложите руку к сердцу. Что изменилось? Сердце забилось сильнее.

- У человека есть легкие, они нужны человеку, чтобы дышать и питать кровь нужным воздухом. Воздух не виден, но жить без него нельзя.

Все объяснение сопровождается показом на пособие «Тело человека».

Дыхательная гимнастика «Задуй свечку».

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный вдох и слегка задержать дыхание. Сложить губы трубочкой. Выполнить три коротких резких выдоха, словно задывая горящую свечу: «Фу! Фу! Фу!». Во время упражнения туловище держать прямо.

«Полное дыхание». Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный глубокий вдох, одновременно поднимая руки перед собой вверх. Задержать дыхание (пока приятно). Выполнить энергичный выдох открытым

		<p>ртом, одновременно опуская руки и наклоняясь вперед («Ха!»). Выдыхать с облегчением, как будто освобождаясь от забот. Медленно выпрямиться.</p> <p>Дети выполняют движения</p> <p><i>Беседа об органах</i> - Желудок, как кастрюля внутри нас — туда попадает вся пища, а желудок ее переваривает. С полезной, здоровой пищей желудок справляется легко, а от вредной пищи желудок страдает и даже заболевает. Очень не любит желудок, когда мы едимся сверх меры — набиваем живот. Желудок не успевает справиться с большим количеством еды и у нас начинает болеть живот.</p> <p>Дидактическая игра «Полезная и вредная пища».</p> <p>Дети слушают.</p> <p>Воспитатель называет еду, если полезная, дети хлопают, если вредная – топают. Дети сидят на стульях.</p> <p>Игра «У тети –моти» У тети Моти четыре сына Четыре сына у тети Моти Они не ели, они не пили И не скучали никогда.</p> <p>Правая рука, Левая Рука, Правая нога, Левая Нога.</p>	Дети стоят по кругу и выполняют движения за воспитателем. Дети стоят по кругу	
Заключительная часть	<p>Подведение итогов</p> <p>Проанализировать деятельность, показать результат всего занятия, напомнить о появлении затруднения и решения проблемной ситуации. Обобщить деятельность детей по достижению целей.</p>	<p>Вы были молодцы, ребята, старались.</p> <p>Действительно: все органы нам нужны и выполняют важные функции. Надо беречь и заботиться о них.</p>	Дети повторяют за воспитателем	3 мин.
Рефлексия	Получить обратную эмоциональную связь от детей.	<p>Что вам понравилось?</p> <p>Какое задание было самое интересное? Вам нравится заниматься?</p> <p>Я видела, как вы сегодня старались и меня это очень порадовало. Спасибо вам ребята!</p>	Дети внимательно слушают и вспоминают чем занимались.	

