Конспект занятия с использованием элементов ТРИЗ-технологий и экспериментальной деятельности детей старшей группы

«Путешествие в Страну Здоровья»

Цель: формировать у детей представление о здоровом образе жизни; закрепить основные составляющие здоровья.

Задачи:

Обучающая:

1. Упражнять детей в узнавании вредных и полезных продуктов и привычек.
2. Расширять представление о том, что здоровье зависит от человека, за здоровьем можно и нужно следить, беречь, сохранять и поддерживать

Развивающая:

1. Развивать в детях стремление к самостоятельному поиску знаний.
2. Способствовать формированию у детей представления о воздухе, вредных и полезных продуктах, правилах культурно гигиенических навыков и их роли в жизнедеятельности человека.
3. Развивать память, внимание, наглядно – действенное мышление, умение слушать и отвечать на вопросы воспитателя

Воспитательная:

1. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
2. Воспитывать положительное отношение к здоровому образу жизни, сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей

Оборудование: флажки, карта, лучики солнца из бумаги (картона) желтого цвета, сюжетные картинки режимных моментов, «режимные» таблицы, трубочки для коктейля, стаканы с водой по количеству детей, дидактическая игра с элементами ТРИЗ *«Вредные и полезные продукты»* (прищепки с картинками продуктов, 2 тарелки (красная и зеленая), бутылка кока – колы, колба, сахар, поднос, картинка Мойдодыра, мешочек, предметы личной гигиены (мыло, зубная щетка, зубная паста, полотенце, носовой платок, мочалка, расческа, медицинская маска),

Содержание.

*Вводная часть (мотивационный, подготовительный этап)*

Дети стоят в кругу вместе с воспитателем. На доске картинка грустного солнышка (без лучиков)

Воспитатель: Русская народная поговорка гласит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь».

Дети, давайте улыбнемся и поздороваемся друг с другом. Этим мы пожелаем всем здоровья!

Дети: Здравствуйте.

Воспитатель: Ребята, в своем почтовом ящике я нашла письмо и карту, которые прислали жители *«Страны Здоровья»*, они просят нас о помощи. Сердитый волшебник забрал у них лучики солнышка, благодаря которым все жители были здоровые и веселые. А сейчас они грустят, и стали чаще болеть. Посмотрите на доску, у солнца нет лучиков. Давайте поможем найти лучики здоровья. Вы согласны помочь?

Дети: да.

*Основная часть (содержательный, деятельный этап)*

Воспитатель: Давайте посмотрим на карту, как нам нужно двигаться?

Дети: (ответы детей)

Воспитатель: Приступаем к выполнению первого задания.

Воспитатель: Чтобы узнать, как найти первый лучик здоровья, я загадаю вам загадку:

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья –

Очень важен….

Дети: (режим дня).

Воспитатель: Правильно. Все мы знаем, что 1 суточный день делится на 4 части. Как называются они?

Дети: утро, день, вечер, ночь.

Воспитатель: Предлагаю вам поиграть в игру *«Режимная таблица»*, где нужно разложить сюжетные картинки по подгруппам (утро, день, вечер, ночь) в определенной последовательности с изображением режимных моментов.

1. *Дидактическая игра «Режимная таблица»*

*(с элементами ТРИЗ)*

Воспитатель: Давайте посмотрим, что у вас получилось.

Дети: Высказывания детей (утро: пробуждение – умывание - зарядка – сбор в детский сад; день: занятия – игры - прогулка на свежем воздухе – обед; вечер: помощь по дому – игры – купание; ночь: подготовка ко сну – чтение сказки - сон).

Воспитатель: Ребята, мы справились с заданием, и нашли первый лучик под названием ***«Режим дня»*.**

Воспитатель: Давайте посмотрим на карту, какого цвета второй флажок? Куда нужно двигаться дальше?

Дети: Голубой.

Воспитатель: Двигаемся к флажку голубого цвета.

1. *Опыт с трубочкой и стаканом воды «Ищем невидимку»*

Воспитатель: Возьмите аккуратно трубочку и на расстоянии от глаз загляните внутрь, а теперь подуйте в неё. Вы что-нибудь увидели?

Дети: Нет, ничего не увидели.

Воспитатель: Сейчас мы посмотрим, кто там прячется. Ставим трубочку в стакан с водой. Делаем носом вдох и выдыхаем ртом в трубочку, воду в рот не втягиваем *(Дети выполняют задание, соблюдая безопасность)*.

Воспитатель: Один, два, три, невидимка, из трубочки беги.

Воспитатель: Посмотрите из трубочки бегут пузырьки? Что за невидимка сидел в трубочке?

Дети: Это воздух.

Воспитатель: Правильно, это воздух! А для чего нужен воздух?

Дети: Чтобы дышать, чтобы жить.

Воспитатель: Давайте с вами, выполним дыхательное упражнение.

1. *Дыхательное упражнение*

1, 2, 3, 4, 5,

Все умеем мы считать,

Отдыхать умеем тоже,

Руки за спину положим,

Голову подымем выше

И легко, легко подышим. *(Носом вдох, выдох ртом)*

Воспитатель: Молодцы, ребята, воздух необходим нашему организму. Поэтому наш второй лучик здоровья так и называется – **«*воздух»***.

Воспитатель: Смотрим на карту – куда нужно двигаться дальше?

Дети: к флажку красного цвета.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, что здесь случилось. Наверное, это сердитый волшебник разбил картинки на части!? Наша задача собрать из элементов целые картинки.

1. *Дидактическая игра «Собери картинку»*

*(с элементами ТРИЗ)*

Воспитатель: Ребята, посмотрите на картинки: чем занимаются дети? Как это назвать, одним словом?

Дети: Занимаются спортом.

Воспитатель: Давайте, подумаем, какую пользу приносят занятие физкультурой и спортом?

Дети: укрепление своего здоровья, мы становимся сильными, смелыми.

Воспитатель: Правильно, занятия физкультурой и спортом укрепляют здоровье. Давайте, сейчас выполним физическую разминку, что бы получить ещё один лучик здоровья.

1. *Физическая разминка «Солнышко»*

Утром солнышко встает: (поднимаем руки вверх)

Выше, выше, выше. (поднимаемся на носочки)

Ночью солнышко зайдёт: (опускаем руки перед грудью)

Ниже, ниже, ниже. (присед)

Хорошо, хорошо солнышко смеётся! (руки в стороны и к плечам)

А под солнышком нам всем, (руки в стороны и к плечам)

Весело живётся! (хлопаем в ладоши)

Воспитатель: Ребята посмотрите, мы выполнили задание, и нашли третий лучик здоровья. Это ***«Спорт»***.

Воспитатель: Давайте посмотрим на карту, следующий флажок зеленого цвета.

Воспитатель: Ребята, что бы быть здоровым нужно не только спортом заниматься, но и правильно питаться. Давайте поиграем с вами в игру, и закрепим знания о полезной и вредной еде для нашего организма.

1. *Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты питания»*

*(с элементами ТРИЗ)*

Воспитатель: Перед нами две тарелки. На зеленую тарелку надо прикрепить картинки с полезной едой, а на красную с вредной едой. Возьмите по две прищепки с изображениями продуктов питания и прикрепите к нужным тарелкам.

*(Небольшая беседа воспитателя с детьми после выполнения задания)*

Воспитатель: Вы справились и разложили полезные и вредные продукты для нашего организма. Сейчас мы с вами проведём один из опытов с вредной едой.

1. *Опыт «Газировка и сахар»*

Воспитатель: Все вы знаете напиток Кока - кола. Он нравится нам по вкусу, но очень вреден для нашего организма. *(Проведение опыта с Кока колой и сахаром)* Посмотрите, какая реакция происходит у нас в организме, когда пьём газированную воду и кушаем много сладкого.

Мы доказали на опыте, что любимая и вкусная еда не всегда полезна для нашего организма. И за это мы получаем четвертый лучик здоровья, который называется ***«Здоровое питание»*.**

Воспитатель: Посмотрите на карту, следующий флажок желтого цвета, двигаемся к нему.

Воспитатель: Ребята, вы узнали кто это? *(Картинка Мойдодыр)*

Дети: Мойдодыр - умывальников Начальник и мочалок Командир.

Воспитатель: Мойдодыр, передал мне для вас чудесный мешочек с предметами личной гигиены, сейчас мы с ними поиграем.

1. *Дидактическая игра «Чудесный мешочек»*

Дети, вы будете доставать по одному предмету из мешочка и расскажите, что это за предмет и для чего он нужен.

Воспитатель: Помните, «Чистота – залог здоровья», а предметы личной гигиены, должны быть у каждого свои.

Воспитатель: Молодцы ребята, мы выполнили задание Мойдодыра и нашли оставшийся лучик здоровья, который называется ***«Чистота и гигиена»*.**

Давайте поскорее вернем солнышку лучики, оно нас ждёт.

 *(Дети собирают на доске солнышко вспоминая как назывались лучики. В то время, когда дети садятся на стулья, воспитатель меняет картинку грустного солнышка на веселое)*

Воспитатель: Посмотрите на доску, солнышко заулыбалось, радуется за вас. Потому что вы нашли все лучики и вернули жителям волшебной страны хорошее настроение и здоровье.

*Рефлексия.*

Воспитатель: Ребята, мы проделали с вами большой путь, выполнили все задания и теперь вы знаете, как беречь свое здоровье.

Воспитатель: - Вам понравились задания, которые мы выполняли?

Дети: *(Ответы детей)*.

Воспитатель: - А вам их трудно было выполнять?

Дети: *(Ответы детей)*.

Воспитатель: - Что вам больше всего запомнилось?

Дети: *(Ответы детей)*.

*Итог.*

Воспитатель: На этом наше занятие заканчивается. Ребята, помните, что здоровье – это наша награда! Если вы будете выполнять все то, о чем мы с вами сегодня говорили, то всегда будете здоровы.