

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 316
МБДОУ детский сад № 316

620902, Екатеринбург, с. Горный Щит, ул. Октябрьская, 23

**Конспект НОД с элементами ЗОЖ
для подготовительной группы «Вирусы и микробы!»**

Воспитатель: Пучкова С.А.
Высшая К.к.

Екатеринбург
2023г.

Конспект занятия с элементами ЗОЖ для подготовительной группы «Вирусы и микробы!»

Цель: Уточнить представления детей, почему болеет человек, о том, что многие болезни вызывают **микробы и вирусы**. Познакомить детей с тем как выглядят **микробы**, как избежать их попадания в организм человека.

Задачи:

Формировать умение рассказывать о различных способах защиты организма, закреплять правила приёма лекарств.

Закрепить правила личной гигиены

Развивать речь, память детей.

Развивать познавательный интерес к окружающему миру.

Воспитывать интерес к здоровому образу жизни; создать радостное настроение.

Предварительная работа:

Рассматривание картинок, знакомство с **микроскопом**, чтение детям книг: К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», А. Борто «Девочка чумахая», З. Петрова «Спасибо зарядке», Л. Зильберг «Потому, что принимаю витамины А, В, С.»

Материал:

Проектор, экран, презентации «Осторожно, **микроб**». Текст сказки Савельева В. «Три **микроба**» Карандаши листы А4 на каждого ребенка.

Ход занятия:

Микробы бывают разные :

Ужасные, опасные,

Страшные и грязные,

Корявые, дырявые,

Противные, заразные.

Какие безобразные.

- Вы догадались о чем сегодня у нас пойдет речь?

Ответы детей (о *микробах*)

- Правильно о **микробах**. Поговорим о том “Почему болеют люди?” Вот расскажите мне, по каким признакам мы можем догадаться, что кто-то из нас заболел?

Примерные ответы детей: (усталость, кашель, чихание, насморк, головная боль, плохое настроение, слабость).

- Вы сейчас болеете? (*ответ детей*).

- Почему мы болеем? (*не соблюдение правил личной гигиены*)

Какая причина? (*ответы детей*).

- А кто знает- что такое **микроб**?

-Я вас хочу познакомить со сказкой “3 **микроба**” Савельева Владислава. Вы послушайте, а потом мы разберем, что же **такое-микробы**?

После прочтения сказки

-Понравилась Вам сказка

-Кто главные герои сказки, как их звали?

-Что придумали **микробы**, что бы попасть в детский организм?

-Какие ошибки совершили дети?

-Что должны были делать дети, что бы **микробы** не смогли попасть в их организм?

-Какие еще методы личной гигиены вы знаете, которые могут вас обезопасить от **микробов**?

«**Микроб** – это очень опасный злодей,

Не жалко ему ни зверей, ни людей.

Всех страшных болезней причина – **микроб**,

А разглядишь его лишь в **микроскоп**».

Люди давно знали о существовании разных болезней. Иногда они заболели, заражаясь друг от друга, а иногда просто потому, что ели немытые овощи и фрукты. Порой болезнь поражала жителей целого города. Но никто не мог сказать в чём её причина, как инфекция переходит от человека к человеку и как от неё защититься. Так происходило до тех пор, пока учёные не изобрели **микроскоп**. И тогда врачи увидели тех невидимых отравителей, которые поселяются в организме человека.

Микроскоп – это прибор с двумя увеличительными линзами, через которые можно увидеть **микробов**.

Рассматривание слайдов, какие бывают **вирусы, микробы**.

- Это и есть возбудители болезней – **микробы или бактерии**. Их мы не можем увидеть при помощи **микроскопа**. Несмотря на крошечные размеры, **микробы** – **существа коварные**. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там разбойничать и размножаться. Человеку становится плохо, он заболевает – чихает, кашляет, у него

поднимается температура. как известно, никто не любит болеть. И человек объявляет войну **микробам- он** (при помощи врачей, конечно) начинает лечиться.

- А как правильно лечиться? Что для этого нужно делать? (ответ детей)

- Что бы **микробы** не одолели и мы с вами не заболели давайте сделаем самомассаж-

Массаж для профилактики простудных заболеваний.

Чтобы горло не болело Движения по тексту

Мы его погладим смело.

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать.

Лоб мы тоже разотрем,

Ладонку держим козырьком.

«Вилку» пальчиками сделай,

Массируй ушки ты умело.

Знаем, знаем да – да – да, потирают ладони друг о друга

Нам простуда не страшна.

- Молодцы ребята, думаю, простуда нам теперь не страшна.

Давайте повторим правила которые помогут нам не болеть:

Не пить сырую воду.

Не есть невымытые фрукты и овощи.

Не забывать почаще мыть руки с мылом.

Закаляться.

Проветривать помещение.

Гулять на свежем воздухе.

Не кутаться в тёплые одежды.

Одеваться по погоде

А можно самостоятельно пить лекарства (ответ детей)

-Отлично справились с заданием!

Вы готовы поиграть со мной в игру?

Игра «*Это я, это я, это вся моя семья!*».

Правила игры- если вы согласны с тем, что я читаю, то вы говорите :
«*Это я, это я, это вся моя семья!*».

1. Утром и вечером умываюсь и чищу зубы.
2. Содержу свои вещи в чистоте.
3. Подбираю все с земли и подношу ко рту.
4. Мою руки перед едой.
5. Ем вкусную, но бесполезную пищу (*чипсы, сухарики*).
6. Занимаюсь по утрам гимнастикой.
7. В холодную погоду выхожу на улицу без шапки.
8. Ем полезные овощи и фрукты.

-Вы наверное устали? Давайте немного отдохнем встанем в круг на ковре.

Физкультминутка с дыхательной гимнастикой:

«Быстро встаньте, улыбнитесь».

Дети выполняют движения по тексту стихотворения:

Быстро встаньте, улыбнитесь,

Выше, выше потянитесь.

Ну-ка, плечи распрямите,

Поднимите, опустите.

Влево, вправо повернулись,

Рук коленями коснулись,

Сели – встали, сели – встали

И на месте побежали.

А теперь остановились, остановили дыхание.

Правую руку на грудь, левую на живот:

глубокий вдох и медленный выдох, глубокий вдох и резкий выдох.

-Мы размялись, отдохнули, давайте сейчас проверим ваше воображение.

Я предлагаю вам нарисовать **микробов**. Как вы их себе представляете.

Обсуждение: какие приемы рисования использовать, какие цвета

Итог:

- Чтобы не заболеть и не встречаться с **микробами**, нужно:

«Убирать свои игрушки, маме дома помогать.

Чистым ушком на подушку ночью лечь в свою кровать.

Кушать кашу чистой ложкой, за обедом не болтать.

Поиграв с пушистой кошкой, руки мыть не забывать.

Фантик, огрызки, обрывки бумаг

В урну бросай или в мусорный бак.

Тогда сверкает речка, вокруг цветут цветы,

И не страшны **микробы**, когда чистюля ты.

- Я желаю вам быть всегда здоровыми, бодрим детьми.

приложение

Сказка про трех **микробов**

Жили – были в лесу три **микроба** : Ах, Ох и Чих. Стало им скучно, и решили они, завести себе много друзей. А надо сказать, что у **микробов друзья заводятся**, только с помощью человека.

А в доме на опушке леса жили два брата и их младшая сестра. И хотя папа с мамой всегда говорили им, что надо умываться по утрам, мыть руки перед едой, не есть немывтые фрукты и овощи и ни в коем случае не пить воду из болотца, ребята очень часто не слушали своих родителей, говоря: и так сойдет. Эту фразу: и так сойдет, ребята говорили всегда, когда им что-то не хотелось делать.

И вот однажды, Ах, Ох и Чих решили заразить детей. Стали они думать, как бы им проникнуть в дом к детям. Самим до двери не допрыгнуть – высоко, а до окна и подавно.

Стали **микробы думать**, как бы хитростью проникнуть в дом. Думали – думали и придумали.

-Я, самый хитрый **микроб**, сказал Ах.

-Я знаю, что дети каждый день ходят в лес собирать ягоды. Так вот, я на одной ягодке притаюсь. Я настолько маленький, меня простым глазом не увидишь. Попаду в дом, может быть дети не будут ягоды мыть.

-Я самый умный **микроб**, сказал Ох.

-Я знаю, что дети каждый день набирают воду из речки. Я подплыву к берегу, вдруг меня зачерпнут ведром. Попаду в дом с водой. А как решат водицы испить, я тут как тут.

-Я самый смелый **микроб**, сказал Чих.

-Я запрыгну на кошку, у нее шерсть густая, длинная. Я спрячусь на кошке, а она каждый день дома на коврике лежит. Погладят дети кошку, да руки не помогут перед едой. Так вот я тут как тут.

Так они и сделали.

Пошли утром братья с сестрой собирать ягоды. Набрали много ягод, целое лукошко. Пришли домой. Им бы помыть ягодки с водой, да лень – матушка обуяла.

- И так сойдет, решили ребята. И съели ягодки, на одной из которой притаился хитрый **микроб Ах**.

Пошли братья за водой, зачерпнули ведро воды вместе с умным **микробом Охам**. Принесли ведерко домой. Да водицу не прокипятили, а выпили. Не будем кипятить и так сойдет, решили дети. А Ох, тут как тут.

В дом кошка пришла с улицы. А в шерсти у нее глазу невидимый, смелый **микроб Чих** сидит.

Поиграли дети с кошкой, да руки не помыли. И так сойдет. А Чих тут как тут.

К вечеру у всех, голова разболелась, живот заныл, температура поднялась, да кашель замучил.

Микробы добились цели. Празднуют. Гуляют. Друзей нашли.

А в деревню балаган приехал. Артисты представление показывают. Всю деревню собрали, только наши братья и сестра придти не могут. Сильно болеют.

Среди приехавших артистов, старушка целительница была. Травами всякими лечила. Как узнала она, что в одном доме такое несчастье приключилось, пришла она к ним. Посмотрела она детей и говорит:

-Помогу я вам, выздороветь. Только и вы уж не пускайте к себе больше плохих **микробов**. От них все беды. От них болезни.

-А мы их и не пускали, говорят наши братья с сестрой. Они сами пришли.

-Нет, отвечает целительница. **Микробы тем и опасны**, что глазу невидимы. Подбираются они,

Конечно, сами, а вот пускать их или не пускать каждый решает сам. Я вас научу. Дело нехитрое.

Любой **микроб** боится чистоты и живет там, где грязно. Умываться по утрам, чистить зубы, мыть руки перед едой, не есть немытые овощи и фрукты и ни в коем случае, не пить грязную воду, вот что защитит вас от бед.

-Дам я вам лекарства и убегут все **микробы от вас**.

Дала старушка – целительница детям лекарства и убежали от детей **микробы Ах, Ох и Чих**, да со всеми своими друзьями.

Выздоровели дети, и пошли смотреть представление в балагане. И были они веселые и счастливые. Потому что здоровье это главное.