

**Муниципальное автономное дошкольное учреждение «Детский сад № 42»  
г.о.Краснотурьинск.**

**Технологическая карта НОД по физическому развитию  
для детей шестого года жизни  
«Хорошо здоровым быть»**

**Автор:** Комкина Евгения Витальевна.  
**Должность:** инструктор по физической культуре

**2019 г., г.о.Краснотурьинск**

## Технологическая карта НОД

**Автор: Комкина Евгения Витальевна**

**Возрастная группа: дети шестого года жизни**

Тема: «Хорошо здоровым быть!»		
Цель: формирование у детей потребности в здоровом образе жизни	Задачи: Сформировать представления о полезных для здоровья человека действиях (воспитание культурно-гигиенических навыков, закаливаться, заниматься спортом); Развивать общую моторику, координацию движений; Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.	
Предварительная работа: Рассматривание альбома «Вредная-полезная еда», (Приложение 1) чтение художественной литературы: «Мойдодыр», «Федорино горе» К. И. Чуковский, рассматривание картинок с овощами и фруктами. (Приложение 2)		
Интегрируемые области	Оборудование	Ресурсы (литература)
Познавательное развитие, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное, речевое развитие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Волшебный клубок» (клубок ярких ниток, на которых привязаны ленты-бантики на расстоянии метра друг от друга).</li> <li>2. Презентация «Легенда о здоровье»</li> <li>3. ИКТ презентация «Вредный микроб», голосовое сопровождение микроба.</li> <li>4. Фонограмма шума леса, птичий трели.</li> <li>5. Две дуги, корригирующая дорожка, канат, 5 набивных мячей.</li> <li>6. Коробочка, перевязанная яркой лентой.</li> <li>7. Интерактивная игра «вспомни пословицу о здоровье»</li> <li>8. Демонстрационный материал: «Поделись эмоцией»</li> <li>9. Пробирки с изображением витаминок</li> <li>10. Разрезные картинки (апельсин, яблоко, лимон)</li> </ol>	<p>Югова М. Р. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет. Планирование, занятия, игры. Учитель, 2016 г.</p> <p>Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В. В стране здоровья. Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>З.А. Клепинина, Е.В.Клепинина. Как развивать у ребенка умение заботиться о своем здоровье. АРКТИ, 2015 г.</p>

**Этапы**

<b>Деятельность педагога</b>		<b>Деятельность детей</b>	
Задачи	Способы организации детской деятельности, содержание	Осуществляемые действия	Формируемые целевые ориентиры
<b>I этап «Организационный», 3 мин.</b>			
Развивать умение доверять, помогать и поддерживать дружеские отношения между детьми	Вход детей на экологическую тропу <b>(Приложение 3)</b> Игра на социально-коммуникативное развитие «Волшебный клубок»	На тропе детей встречает инструктор ФК, показывает детям «Волшебный клубок». Дети перестраиваются в круг. Инструктор: «Ребята, сегодня наше занятие начнется с игры-дружбы.» <b>(Приложение 4)</b>	Организация и настрой детей на познавательно-исследовательскую деятельность
<b>II этап «Мотивационный», 10 мин.</b>			
Побуждать детей выражать эмоциональное отношение к прочитанному, рассказывать о своём восприятии поступков персонажей, размышлять над скрытыми мотивами.	Наглядный материал, рассказ легенды о здоровье. <b>(Приложение 5)</b> Инструктор ведет диалог с детьми. Поощряет детей к высказыванию; эмоционально вовлекает детей к обсуждениям; комментирует высказывания. Дети высказывают свои предположения Заслушиваются ответы детей.	Инструктор ФК: «Расскажу я вам легенду. Вопросы после прочтения легенды: - Ребята, а вы считаете себя здоровыми? - Что значит быть здоровым? Как заботиться о своём здоровье?»	Умение детей воображать, сопоставлять и делать умозаключения;

<p>Дать детям простейшие представления о <b>микроорганизмах</b>, об их свойствах (<i>растут, размножаются, питаются, дышат</i>).</p>	<p>За ширмой- экраном (экран сделан в виде компьютера) появляется микроб, включается аудиозапись «Вредный микроб» (<b>Приложение 6</b>)</p> <p>Инструктор показывает демонстрационный материал. Дети наблюдают, эмоционально реагируют (<b>Приложение 7</b>)</p> <p>Задаёт вопросы, стимулирующие любознательность, интерес.</p>	<p>Инструктор: «Сегодня утром мне пришло видеообращение, давайте его посмотрим»</p> <p>На экране появляется микроб</p> <p>Содержание голосового сообщения: Я хитрый, Ха-ха- ха, Быть здоровым чепуха: Суйте грязный палец в ротик Как живёте, как животик? Ну. А голова болит? Меня это веселит! До чего же я пригож! Я – микробушка – хорош! - Как бы вы не заботились о здоровье, но я и мои ещё, пока, маленькие деточки - микробики, разрушим ваше здоровье. Вы станете хилыми и никогда не вырастите. Ничто вам не поможет. Так-то!</p> <p><b>ПАУЗА</b></p> <p>Инструктор: «Ой! Какая беда, ребята! Давайте думать, как нам избавиться от микробов»</p> <p>(<b>Приложение 6</b>)</p> <p>Микроб: Думайте, решайте, что хотите, делайте, но от нас вы всё равно не избавитесь! Мы везде и повсюду следуем за вами: в воде, в еде, в воздухе.</p> <p><b>ПАУЗА</b></p> <p>Инструктор: Ребята, вы хотите на деле доказать микробу, что мы его победим и не дадим ему разрушить наше здоровье?</p>	<p>Представление о микробах и способах их устранения, потребность узнать о здоровом образе жизни.</p>
--	--	---	---

	<p>Организует подводящий к теме деятельности диалог</p> <p>Фонограмма шум леса, птичьи трели. <b>(Приложение 6)</b></p>	<p>Воспитатель: Я знаю, что существует кладезь здоровья! Вот он-то нам и поможет избавиться от этих микробов, но путь к нему трудный... Вы хотите найти этот клад?</p> <p>Воспитатель: Ну, тогда отправляемся в нелёгкий для нас путь. Для этого мы и пришли на экологическую тропу. Здесь есть все, что нужно для нашего здоровья!!! <b>(Приложение 6)</b></p> <p>Микроб: А мы за вами следовать будем. К концу путешествия нас ещё больше станет.</p> <p>Инструктор: А вот и посмотрим.</p>	
<p>III «Актуализации знаний» 10 мин</p>			
<p>Закреплять и совершенствовать технику раннее изученных упражнений; Знания о полезных продуктах.</p>	<p>Дети отправляются в путь по тропинке здоровья, выполняя физические упражнения. <b><u>ТОЧКА «Дорожка здоровья»</u></b> <b><u>(Приложение 3)</u></b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дружным маршем мы идём, на носочки перейдём, чтоб зверей не разбудить – сильно их не разозлить. Ходьба (путь по тропинке здоровья маршем, на носочках)</li> <li>2. Ветки чтоб в лицо не били, делаем наклон на счёт 2,4.</li> <li>3. Буреломы повстречались на пути, через них нам надо перейти. Ходьба с высоким подниманием колен (ходьба с преградой)</li> <li>4. Приускоримся немножко, пробежимся по дорожке. Бег (по тропинке)</li> <li>5. Все преграды на пути надо нам с</li> </ol>	<p>Умение выполнять движения, согласно инструкциям.</p>

		<p>достоинством пройти. Бег змейкой (бег по извилистой дорожке)</p> <p>6. Очень узкая дорожка на пути надо правым боком её пройти. Бег приставным шагом правым и левым боком.</p> <p>7. Вот и речка на пути, по узкому мостику пройди, да в воду не упали. Хождение по канату.</p> <p>8. По пещере проползи, да мышью не разбуди. Лазание под дугой.</p> <p>9. Пробежимся лёгким бегом, чтоб добраться поскорее. Бег.</p> <p>10. Переходим на ходьбу, с вдохом-выдохом дружу. Восстановление дыхания.</p>	
<p>Продолжать развивать речь как средство общения;</p>	<p>Художественное слово</p> <p>Ведет диалог с детьми. Поощряет детей к высказыванию; эмоционально вовлекает детей к обсуждениям; комментирует высказывания. Дети самостоятельно делают выводы.</p>	<p>ИФК: Ребята, посмотрите на нашего микроба! Ведь он изнемогает.</p> <p><b>Приложение № 6</b></p> <p>Микроб: Ох, зарядку делать не могу И сейчас я упаду.</p> <p>Здоровый образ жизни не для меня.</p> <p>И: А мы сейчас ногами затопаем, В ладоши захлопаем, Лучше ты, микроб, уйди, Не встречайся на пути!</p> <p>Микроб уходит, инструктор обращает внимание на коробочку, обвязанную яркой лентой.</p> <p>ИФК: Какой вывод можно сделать? Что нам помогло избавиться от микроба?</p>	<p>Актуализация имеющихся знаний</p>

<p>Совершенствовать диалогическую форму речи. Поощрять попытки высказывать свою точку зрения, согласие или несогласие с ответом товарища.</p>	<p>Дидактическая игра «Расскажи про дерево по стволу» <b>(Приложение №4)</b>          обсуждение демонстрационного иллюстративного или предметного материала  <u><b>ТОЧКА «МИНИ-МУЗЕЙ ЛЕСА»</b></u>  <b>(Приложение 3)</b></p>	<p>ИФК: Ребята, посмотрите мы с вами пробрались в лес, а здесь разные стволы деревьев, попробуем отгадать их?          Дети отгадывают деревья.          Инструктор проводит с детьми беседу о том, чем может быть полезно то или иное дерево, как для здоровья человека так и для воздуха.</p> <p>Предлагает детям открыть коробочку, которую оставил большой микроб, а там картинки с маленькими микробами.  <b>(Приложение № 8)</b>          ИФК: Мы продолжаем наш путь дальше, т.к. не всех микробов мы победили. Дети по кругу проходят на грядку здоровья.          Инструктор обращает внимание на указательные знаки, которые помогут добраться до клада. И мы сможем избавиться от остальных микробов.          Надписи на знаках: направо пойдёшь – счастье найдёшь. Налево пойдёшь - богатство найдёшь. Прямо пойдёшь – здоровье найдёшь. По какой дорожке мы пойдём?          ИФК: А вот и сундук, который содержит кладёзь здоровья. Здесь разрезные картинки, помогите собрать целое из частей, чтобы узнать, чтобы это значило?</p>	<p>Правильные речевые высказывания в результате общения</p> <p>Умение детей воображать, сопоставлять и делать умозаключения</p>
---	--	---	---

<p>Формировать дружеское отношение друг к другу, умение договариваться, слушать друг друга.</p>	<p><b><u>ТОЧКА «ГРЯДКА ЗДОРОВЬЯ»</u></b> <b>(Приложение 3)</b></p> <p>Работа в подгруппах Подвижная игра «Принеси витамины своей команде» <b>(Приложение № 4)</b> Дети делятся на 3 компании по картинкам: редис, помидор, морковь. Советуются, раскладывают, делают выводы. ИФК включает детей в самостоятельную деятельность</p> <p>Дидактическая игра «Съедобные и несъедобные грибы» <b>(приложение № 4)</b> <b><u>ТОЧКА ЛЕСНАЯ ПОЛЯНКА</u></b> <b>(Приложение 3)</b></p>	<p>Дети самостоятельно делятся на три команды – собирают пазлы-витамишки (это и послужит названием их команды). <b>(Приложение 9)</b> ИФК: Ребята, что можно сделать из этих овощей? Что произойдет с микробами, если мы будем каждый день есть такие витаминки?</p> <p>ИФК: Какой вывод из этого можно сделать? Дети делают выводы.</p> <p>ИФК: Итак, а нам нужно двигаться дальше по нашей экологической тропинке. Ребята передвигаются на грибную полянку. ИФК. Ребята, чем же для здоровья полезны грибы? Заслушиваются ответы детей. Проводится беседа о полезных свойствах грибов. <b>(Приложение 10)</b> Посмотрите, ребята, а здесь карточки (обращает внимание детей на карточки в коробочке). <b>(Приложение 11)</b></p> <p>Предлагает детям поиграть в игру «Съедобные и несъедобные грибы».</p>	<p>Способность выбирать участников по совместной деятельности, умение договариваться, учитывать интересы других, подчиняться правилам и социальным нормам.</p> <p>Учатся сопоставлять предметы по известным признакам, классифицируют предметы.</p> <p>Умение оценивать результат своей деятельности адекватно выражать чувства, делать выводы,</p>
<p>IV этап «Заключительный», 3 мин.</p>			
<p>Проанализировать выполненную работу,</p>	<p>Рефлексия</p>	<p>ИФК: Ребята, а закончить наше занятие хочется в самом спокойном месте</p>	<p>Умение оценивать результат своей деятельности адекватно</p>



<p>сравнить дидактическими задачами, оценить участие детей в занятии.</p>	<p>с Ритуал окончания ООД Демонстрационный материал <b>(Приложение 3)</b> Мотивирует детей на продолжение использования данного ритуала в группе <b>ТОЧКА ВОДОЕМ (Приложение 3)</b></p>	<p>нашей тропы – возле водоема, ведь как известно, вода всегда успокаивает. Ребята вместе с инструктором проходят на водоем. Ребята, что полезного для себя вы узнали? ИФК: Покидая экологическую тропу, не забудьте взять весёлое настроение. Оно поможет вам справиться с любой болезнью. Дети, выходя из тропы, выбирают то движение которое он бы хотел проделать с инструктором и воспитателем: -рукопожатие -обнять -дай пять -улыбка.</p>	<p>выражать чувства, делать выводы.</p>
---	---	--	---



«Вредная, полезная еда»



**«Полезное и вредное»**

**Полезные продукты**



**Вредные продукты**







Дидактическая игра «Назови вредные и полезные продукты»



Вредные продукты питания





## Полезные и вредные продукты

### ► ВРЕДНО

- Кока-Кола и другие газированные напитки
- Чипсы, картофель фри
- Гамбургеры, хот-доги
- Торты, пирожные
- Жевательная резинка
- Майонез, кетчуп
- Колбаса



# Правильное питание

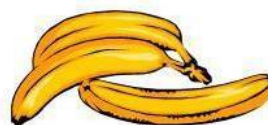
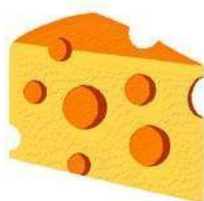
## ПРОДУКТЫ

Полезные и вкусные

Вредные и ненужные



MyShared





Овощи и фрукты



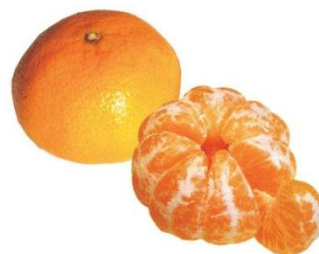
**манго**



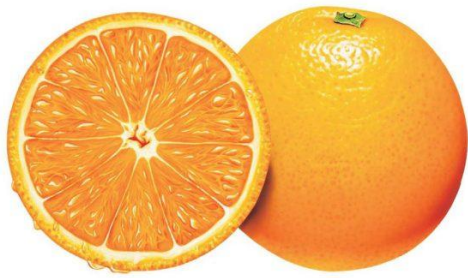
**яблоко**



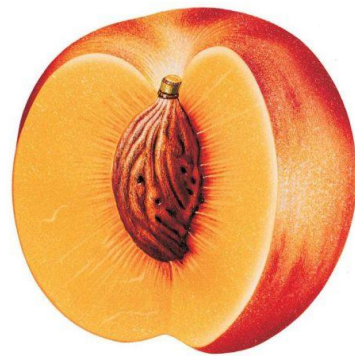
**банан**



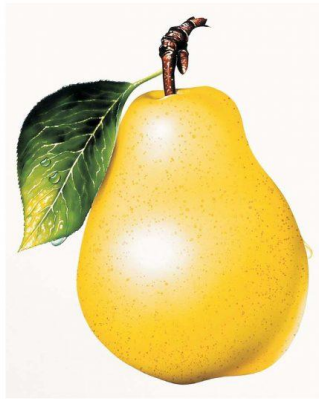
**мандарин**



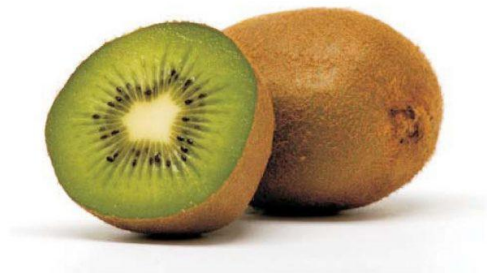
**апельсин**



**персик**



**груша**



**КИВИ**



**картофель**



**репа**



**свекла**



**морковь**



перец



огурец



лук



чеснок

Фото экологической тропы и точек

Вход детей на экологическую тропу



**ТОЧКА «Дорожка здоровья»**



**ТОЧКА «МИНИ-МУЗЕЙ ЛЕСА»**



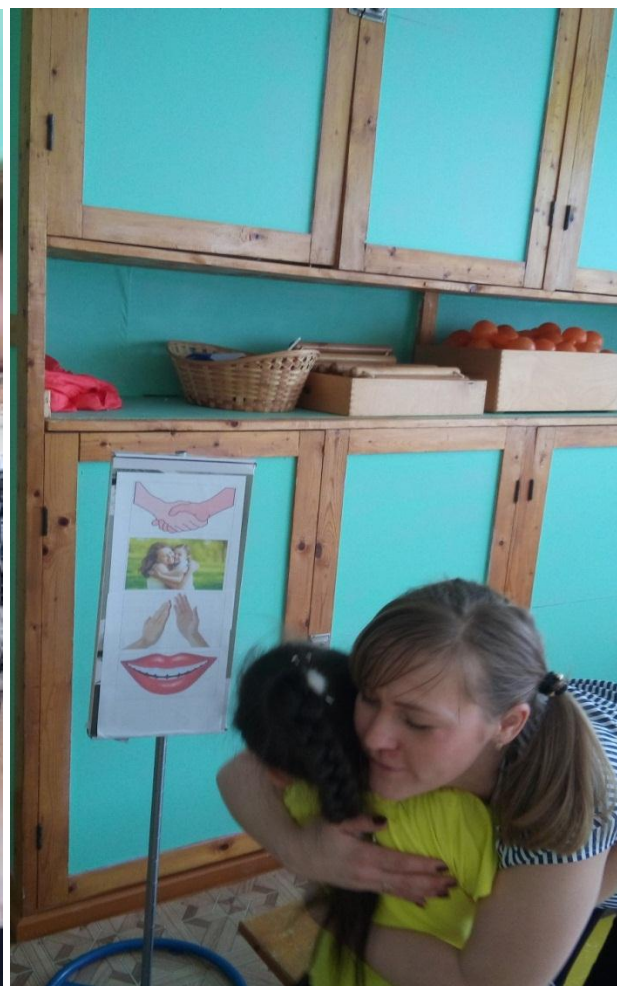
**ТОЧКА ЛЕСНАЯ ПОЛЯНКА**



**ТОЧКА ВОДОЕМ**

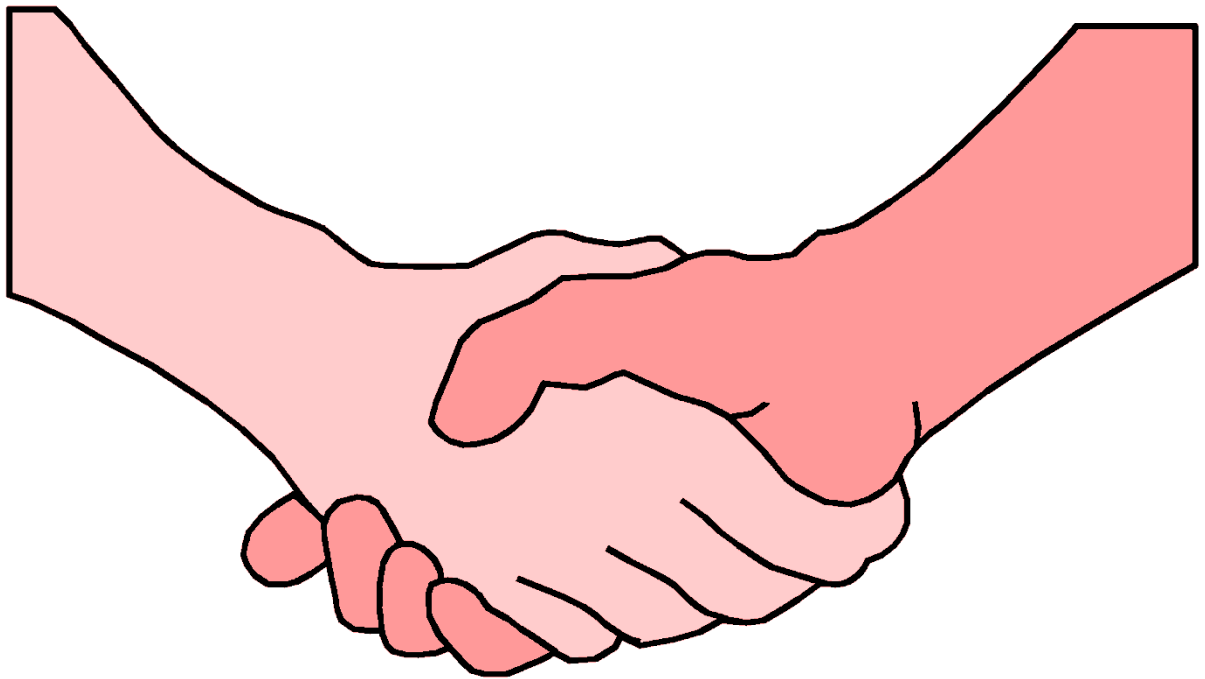


Ритуал окончания ООД









## Игровая деятельность

### Игра на социально-коммуникативное развитие «Волшебный клубок»

**Цель:** формирование дружеского отношения друг к другу.

Ход игры: Дети перестраиваются в круг. Задание – размотать клубок, передать своему другу, поздороваться с другом ласково, например: «здравствуй Лёвушка», взять цветной бантик и так по кругу.»

### Дидактическая игра «Расскажи про дерево по стволу»

**Цель:** формирование представлений о разных деревьях, разновидности стволов, листьев.

Ход игры:

Воспитатель описывает знакомые детям деревья, выбирая из них те, которые имеют малозаметные отличительные признаки (например, ель и сосна, рябина и акация).

Дети должны найти то, о чем рассказывает педагог,

Дети с помощью воспитателя (наводящие вопросы, подсказки) узнают знакомые деревья и рассказывают о них.

Что мы видим на веточках этого дерева? (Семена – «вертолетики») Да.

Какие они? (Красивые, легкие, прозрачные, висят парами)

Зачем семена нужны дереву? (Чтобы из него выросли новые деревья)

Какое это дерево? (Клен)

Как выглядит ствол тополя? (Он толстый, имеет светло-коричневую окраску с зеленым отливом)

Сравним: отличаются ли стволы старого и молодого тополя? (Ствол старого тополя темнее и более толстый, чем у молодого деревца)

Это береза. На ней отличаются от других деревьев почки. Покажите, где на березке почки, и расскажите, как они выглядят. (У березки почки продолговатой формы, большие, они шершавые на ощупь, покрыты словно чешуей. Почки березового дерева напоминают украшение - серьги.)

### Подвижная игра «Разнеси витамины своей команде»

**Цель:** Формирование волевых качеств дошкольников:

целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать

Ход игры: дети делятся на 3 команды, согласно картинкам, которые они выбрали – редис, морковь и помидор. Первый – добегают до общей корзинки с пилюльками-витаминками (пилюльки могут послужить маленькие кубики, с наклеенными овощами), выбирает «свой» витамин и добегают до своей команды, передает эстафету и так далее, пока все витамины своей команды не закончатся.

### **Дидактическая игра «Съедобные/несъедобные грибы»**

Цель: Совершенствовать умения детей классифицировать грибы по признаку: съедобные-несъедобные.

Ход игры: Дети из общей корзинки выбирают карточки грибов, развешивают их на нужный гриб – съедобный или нет. Можно усложнить задачу – рассказать, что дети знают о грибе.

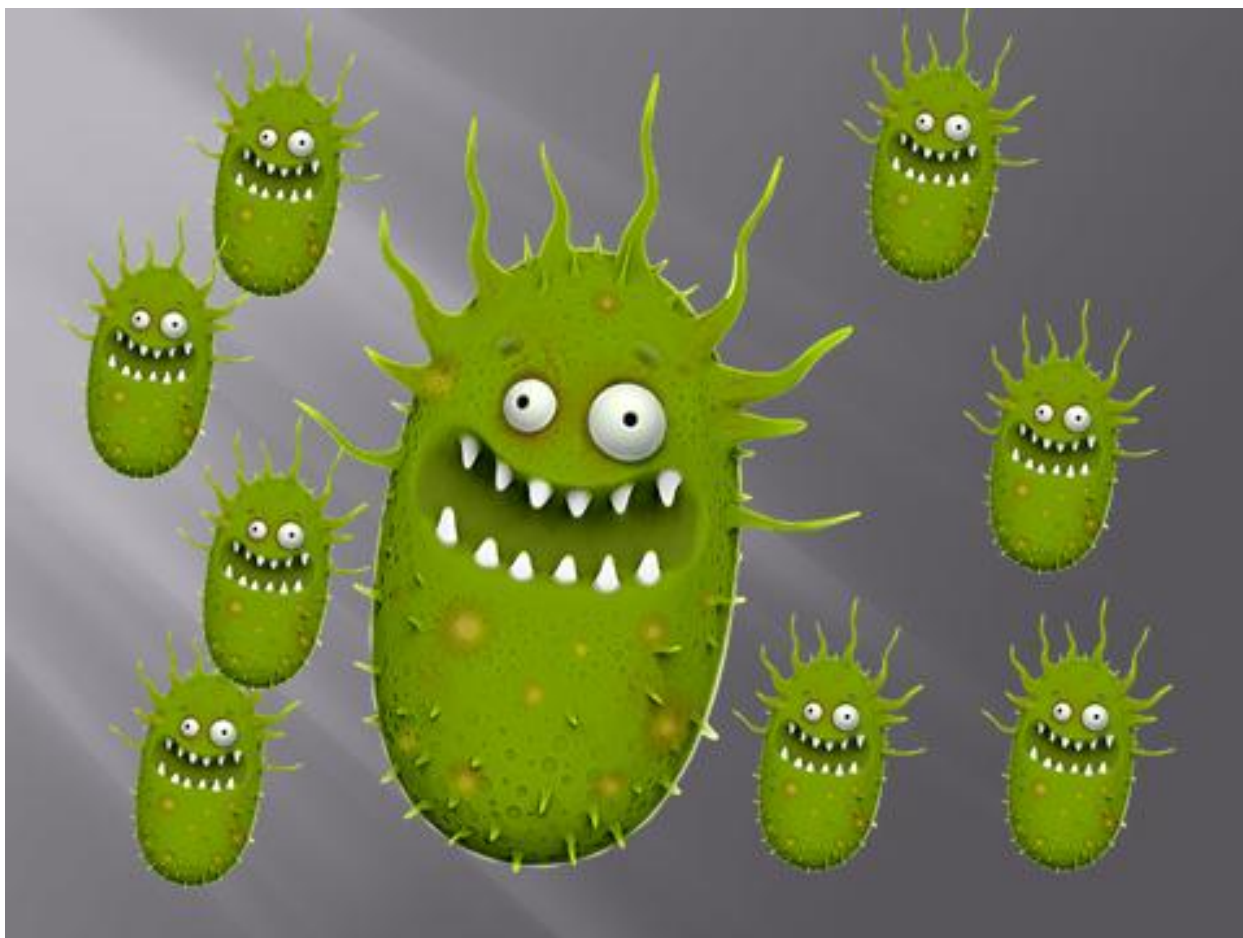
### Легенда «Где спрятано здоровье?»

Давным – давно на горе «Олимп» жили боги. Стало им скучно, и решили они заселить планету земля людьми. Стали решать. Каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Второй сказал: «Он должен быть здоровым». Третий сказал: «Он должен быть умным». Но один из богов сказал: «Если всё это будет у человека, то он будет подобен нам: И решили они спрятать главное, что у него есть. Как вы считаете, что главнее: ум, здоровье или сила?

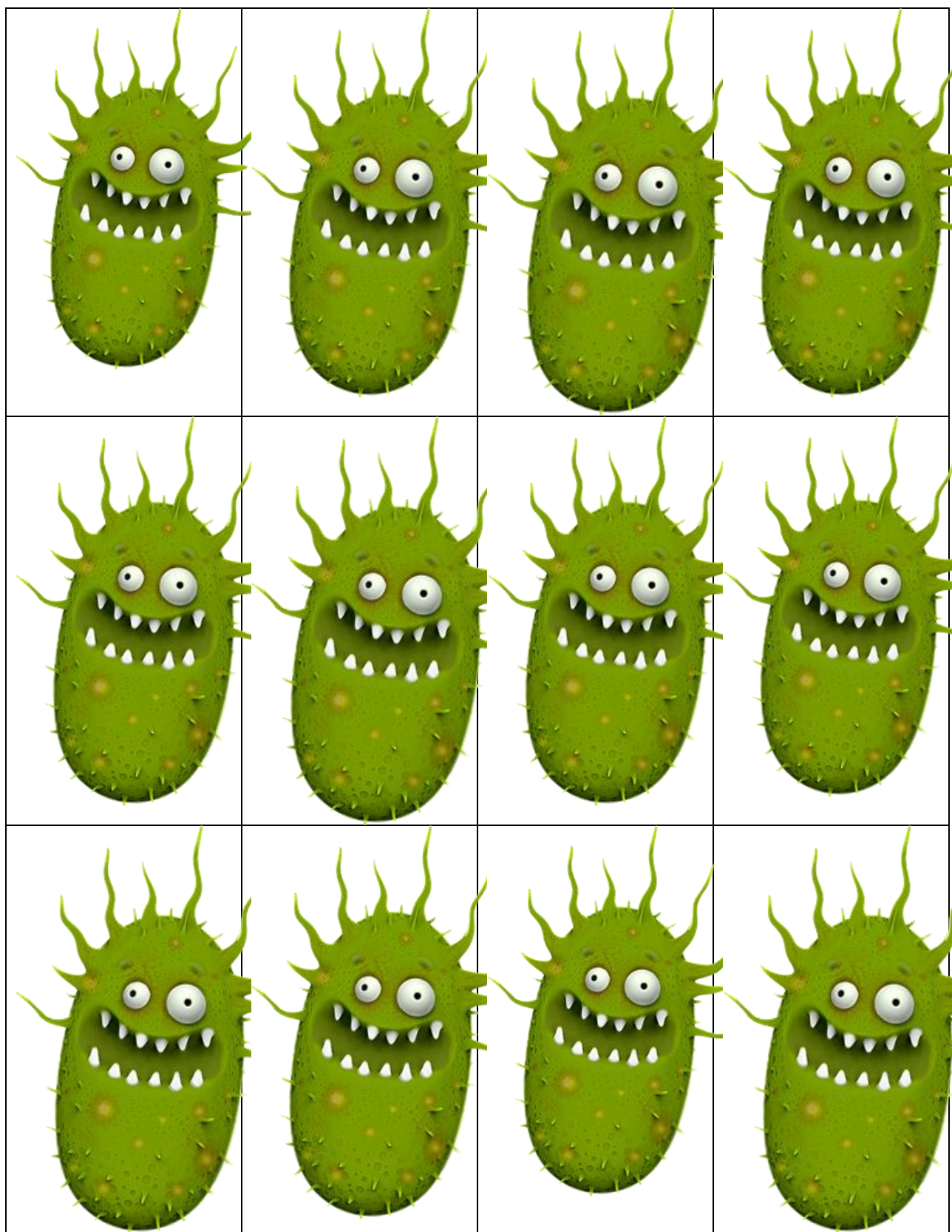
Дети: Здоровье.

Воспитатель: Стали думать и решать – куда его спрятать. Одни предлагали спрятать в синее море, другие – за высокие горы. А один их богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека и чтобы он сам заботился и укреплял своё здоровье». Так и живут люди с давних времён, пытаюсь изо всех сил сохранить своё здоровье. Значит, здоровье спрятано в каждом из нас.

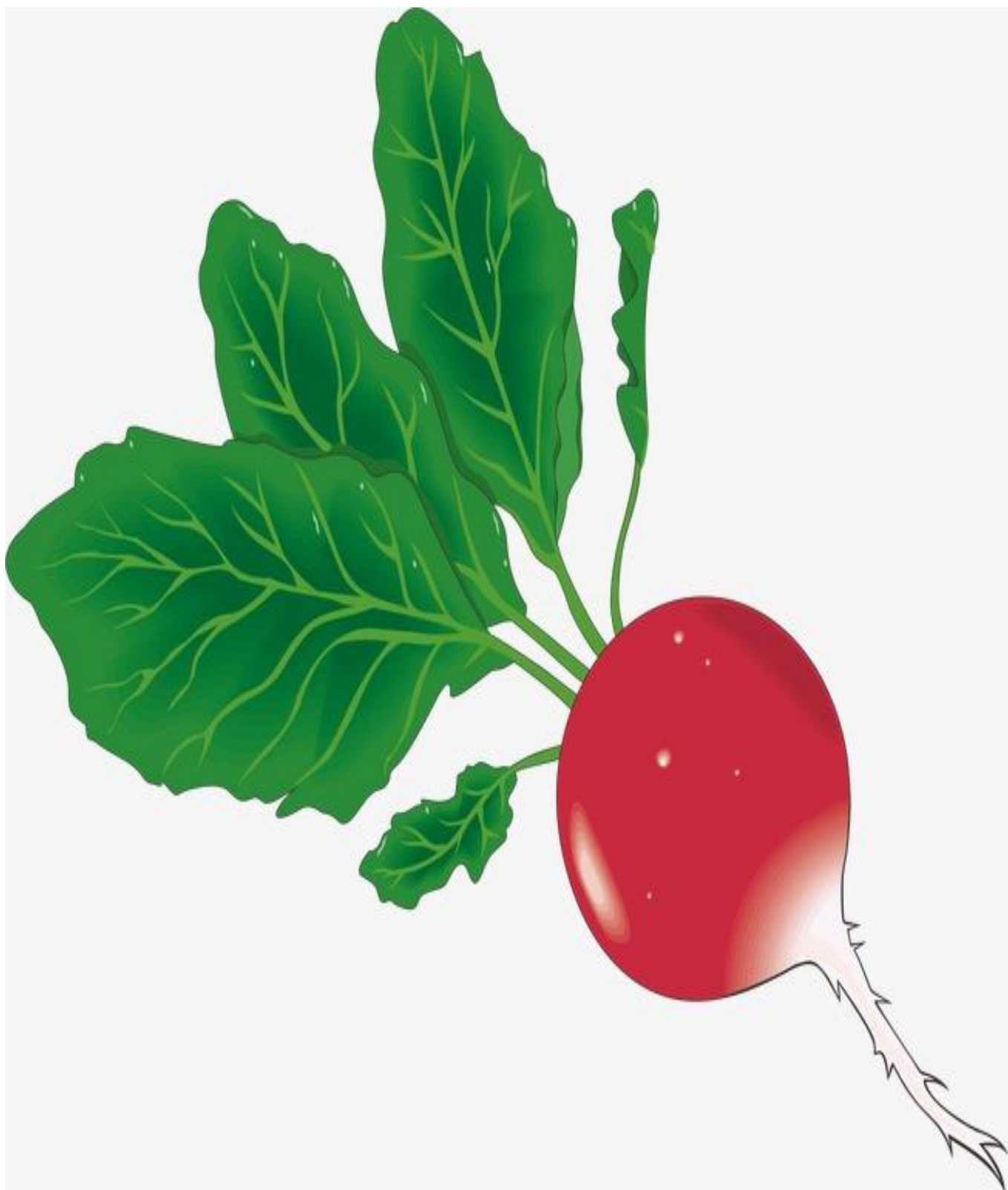
«Изображение микроба»



«Микробики для разрезания в коробочку»



Пазлы-витамишки







**МОРКОВЬ**



## «Беседа о полезных свойствах грибов»

### Цель:

Ознакомление детей с **грибами** (как выглядят, каковы их свойства и чем отличаются, уточнение условий необходимых для роста и развития **грибов**, польза и значение **грибов** в жизни человека и животных, обогащение словарного запаса.

### Задачи:

1. формировать бережное отношение к природе;
2. продолжать знакомить с особенностями внешнего вида **грибов** и месте их произрастания;
3. учить быть осторожными с неизвестными объектами, воспитывать бережное отношение к природе;
4. учить детей внимательно слушать и отвечать на вопросы воспитателя, побуждать детей к участию в **беседе** и к связным высказываниям;
5. учить детей правильно называть предметы, их качества, цвет, называть величину (большой- маленький, учить образовывать существительные с помощью суффиксов;
6. закрепить представление о понятиях «**грибы**»;

### Стих:

Под березой, под осиной,  
Он такой всегда красивый.  
И лисичка, и сморчок,  
**Гриб торчит**, как пяточок.  
Шляпка, ножка, все мы знаем,  
**Гриб найдем**, не потеряем.  
Можем жарить, посолить,  
Вкусом маму удивить.

### **Беседа и просмотр картинок с грибами и ягодами:**

#### Вопросы:

#### Воспитатель:

«*Какие грибы вы знаете?*»

- волнушки, грузди, сыроежки, боровики (белые **грибы**, подосиновики, подберезовики, грузди, маслята, лисички, рыжики)

#### Воспитатель:

«*Где растут грибы?*»

Дети: в лесу

#### Воспитатель:

-Но у **грибов** есть не только имя как у нас, у них есть еще что-то очень интересное! Оказывается, и у **грибов** есть... свой адрес! По этому адресу **гриб** всегда можно найти. Но этот «**грибной адрес**» знают не все, а только самые — самые внимательные к природе люди.

Сейчас мы с вами постараемся этот адрес отгадать!

каждый **гриб** «любит» своё дерево и свой лес и живет только по своему адресу.

-Например, что мы можем найти под сосной? Конечно же, маслята или белые **грибы** — **боровики**.

-Боровик — это царь среди всех **грибов**. Ножка у них толстая — как картофелина. Шляпка коричневая, мякоть белая, крепкая, вкусная. Белые **грибы** — боровики — и сушат, и варят, и жарят. Адрес этих **грибов**: «*сосновый бор*». Там их можно найти.

-А под березой, на лужайках и на скошенных полянах — подберезовики. Подберезовики по одному обычно не растут. Рядом с одним всегда другой растет.

-Под осинами — подосиновики.

-На пнях живут и растут опята.

-В сосновых и еловых лесах много маслят с блестящими шляпками.

-А где живут **грибы** лисички — дружные сестрички, которые всегда растут рядом друг с другом семейками? В смешанных лесах.

-Рыжики любят хвойные леса — ельники и сосняки.

Интересное об «адресе» **грибов**: к осени **грибы** немного меняют свой «адрес», то есть переезжают. Правда, переезжают совсем недалеко — на более теплое место. Если раньше летом в июле — начале августа они жались к деревьям и часто росли с северной более прохладной стороны, то сейчас их можно найти на открытой полянке, дорожке, у просек. Там, где тепло и солнечно.

«Зачем **грибы и ягоды в лесу**» -они полезны и нужны и людям, и зверям, и птицам, и растениям, которые растут рядом с ними в лесу: **Грибы** — настоящие друзья деревьев!

«Что мы знаем о ядовитых **грибах и ягодах**?»

Есть **грибы съедобные**, а есть ядовитые. Поэтому в лесу детям нужно обязательно спрашивать взрослых, можно ли взять в руки найденный в лесу или в парке **гриб**. Если не знаешь **гриба**, то лучше его оставить в лесу и не брать.