

Краевое государственное казённое учреждение «Организация, осуществляющая обучение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом №10»»

## Воспитательное занятие: «Будь здоров, дорогой!»

Из цикла занятий «Мир, в котором я живу».

Выполнила: воспитатель .  
Абакумова Наталья Юрьевна

г. Комсомольск-на-Амуре

2019 год



## **Конспект занятия «Будь здоров, дорогой!»**

**ФИО педагога:** Абакумова Наталья Юрьевна

**Полное название учреждения:** Краевое государственное казённое учреждение «Организация, осуществляющая обучение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом №10»»

**Предмет (форма занятия):** познавательно-развлекательное занятие

**Цель занятия:** помочь детям определить, что такое здоровье человека и выявить его составляющее; уточнить понятие «здоровый образ жизни» и от чего он зависит.

Развивать творческий потенциал, умение отстаивать свою точку зрения, воспитывать дружеские взаимоотношения.

**Дата проведения:** 18.04.2017

**Оборудование:** мультимедиа, мыло, мочалка, тазы, костюмы, канат, листы картона зелёного цвета.

Этапы занятия, время	Универсальные учебные действия	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников	Методы и приёмы
1. Мотивационный этап	Регулятивные УУД: Организация воспитанников, Эмоциональный настрой на работу	Приветствие воспитанников	Ответное приветствие Настраиваются на работу	Активное слушание Словесный метод
2. Этап актуализации знаний	Личностные УУД: Анализ знаний по теме занятия Регулятивные УУД: волевая саморегуляция, как способности к мобилизации сил и энергии Коммуникативные УУД: вступление в диалог, высказывание своей точки зрения, оформление своей мысли в устной речи	Знакомство воспитанников с темой занятия Обобщение знаний по теме Составление диаграммы	Дети выдвигают свои предположения Высказывают свою точку зрения  Соотносят информацию с полученной диаграммой: наследственность, образ жизни, здравоохранение, экология	Словесный метод Частично-поисковый метод
3. Обобщение и систематизация знаний	Личностные УУД: умение соотносить поступки и события с нормами общества Выделять значимое Ориентация на личностный моральный выбор на основе социальных и	Задаёт вопросы по содержанию инсценировки  Подводит к общему выводу воспитанников	Отвечают на вопросы воспитателя  Нравственно оценивают сюжет инсценировки Строят речевое высказывание в устной форм	Словесный метод  Сравнительный метод: анализ

	<p>личностных ценностей  Регулятивные УУД:  Волевая саморегуляция  Познавательные УУД:  Выделение необходимой информации  Построение речевого высказывания в устной форме  Коммуникативные УУД: умение слушать и вступать в диалог</p>	<p>Проводит подвижную игру  Задаёт вопросы, подводя к выводу</p> <p>Подводит к общему выводу</p>	<p>Участвуют в игре</p> <p>Отвечают на вопросы педагога</p> <p>Анализируют полученную информацию, доказывают свою точку зрения и делают самостоятельные выводы</p>	<p>Словесный метод  Сравнительный метод: обобщение</p>
--	--	--	--	--

<p>4. Рефлексия</p>	<p>Познавательные УУД: контроль и оценка результатов деятельности, развитие познавательного интереса Регулятивные УУД: принятие решения в проблемной ситуации Коммуникативные УУД: умение работать в группе, сотрудничать Личностные УУД: способность взаимодействовать с членами группы в соответствии с нормами, развитие познавательных интересов</p>	<p>Совместно с воспитанниками озвучивают лозунги занятия, обобщают полученную информацию  Подводит итог занятия</p>	<p>Отвечают на вопросы Читают все три вывода, по каждой части занятия вместе с педагогом  Добавляют свои выводы</p>	<p>Поисковый метод Словесный метод  Словесный метод  Словесный метод</p>
---------------------	--	---	---	--

Ход занятия

**Ведущий:** Здравствуйте, доброго здоровья. Сегодня мы с вами собрались для проведения занятия о здоровом образе жизни. Как вы думаете, от чего зависит здоровье человека?

Ответы детей

(От того, какое здоровье было у родителей, как нас лечат, каким воздухом мы дышим, какую воду пьем и какую пищу кушаем)

**Ведущий:** Итак, можно сделать вывод, что составляющим здоровья человека это:

Наследственность,

состояние окружающей среды,

здравоохранения,

образ жизни человека

(Открыв все составляющие, ведущий говорит, показывая круг)

Мы с вами правильно определили составляющие здоровья человека.

Учёные доказали, что они неодинаково влияют на здоровье человека. Если взять за основу 100% как вы думаете как будут распределяться в % эти цифры между этими показателями здоровья?

Какую часть мы отдадим наследственности?

Какую экологии?

Какую медицине?

Какую образу жизни человека?

А теперь проверим, согласны ли с нами учёные?

(Открывается таблица)

**Ведущий:** Оказывается 50% здоровья зависит от нашего образа жизни. Как вы думаете, от чего зависит здоровый образ жизни?

Ответы детей:

Занятие спортом

Соблюдение правил гигиены

Избавление от вредных привычек

**Ведущий:** Всё что вы сказали, правильно. А мне интересно, что из всего перечисленного вы считаете важным?

Ответы детей:

Спорт

Гигиена

Избавление от вредных привычек

**Ведущий:** Итак начнём!

«Чистота залог здоровья!»

(Появляется Мойдодыр»)

**Мойдодыр:**

В нашем доме я живу

Уже не первый год

Откровенно вам скажу

Славный вы народ

Никогда у нас ребята

Не едят немых ягод

Чистят зубы, моют уши

(Выбегает Грязнуля, берёт одного ребёнка за руку)

**Грязнуля:**

Лучше ты меня послушай

Я живу и бед не знаю

Мыло в глаз не попадает

Щётка дёсны не дерёт

Губка жёсткая не трёт

Огурцы, морковь не мою

Хочешь друг, пойдём со мною?

(Грязнуля тянет ребёнка с собой. Мойдодыр хватается ребёнка и тянет его в другую сторону)

**Мойдодыр:**

Не ходи ты с ним, не пробуй

Загрызут тебя микробы

Разорвут тебя на части

Не видать грязнулям счастья.

(Мойдодыр вырывает мальчика из рук Грязнули. Выскакивают микробы и не найдя другой жертвы, набрасываются на Грязнулю)

**Ведущий:**



Два микроба день не ели.  
Голод свёл микробам пасть  
Два микроба захотели  
На кого-нибудь напасть  
Шёл из школы мальчик Вова  
На него напали оба  
Очень грязен Вова был  
Руки, шею он не мыл  
А микробы есть хотели  
И от грязи обалдели  
Но им было маловато

**Микробы:** Ну-ка, вместе все, ребята  
Вы не мойтесь две недели  
Чтобы вас мы захотели съесть

(Грязнуля подбегает к Мойдодыру и просит о помощи)

**Грязнуля:** Помогите мне, ребята  
Буду чистым и опрятным  
Руки, шею буду мыть  
С мылом буду я дружить

**Мойдодыр:** Что ж поможем мы, друзья

Ведь в беде бросать нельзя

(Грязнуля плачет, протягивает к ребятам руки)

**Мойдодыр:**

Нам тебя, Грязнуля, жалко

Дарим мыло и мочалку

(протягивает мыло и мочалку, ведёт к тазам с водой)

Вымой Вова быстро руки

Шею, уши и лицо

И тогда микроб ужасный

Не пристанет ни за что

(Грязнуля моет руки в трёх разных тазах)

**Мойдодыр:** Сравнив воду в трёх ёмкостях можно сделать вывод, что руки нужно мыть, как можно чаще. Вова сколько раз будешь мыть руки в день, чтобы микробы к тебе не приставали?

(Грязнуля считает)

**Грязнуля:** раз 15

(Микробы падают в обморок)

**Микроб:** Сюда мы больше не придём

Здесь мы грязи не найдём

**Ведущий:** Да здравствует мыло душистое

И полотенце пушистое

И зубной порошок

И густой гребешок

Давайте же мыться, купаться

Плескаться, нырять, кувыркаться

**Дети:** Всегда и везде вечная слава воде

(на экране появляется надпись «Чистота – залог здоровья»)

**Ведущий:** Переходим ко второй части нашего занятия. Попробуем доказать, что «В здоровом теле-здоровый дух»

**Ведущий:** Физическая нагрузка- настоящий «элексир молодости». Мы знаем, что ежедневные упражнения замедляют старение организма, прибавляя в среднем 6-9 лет жизни. Живя на Дальнем Востоке, помня и чтя традиции коренного населения, я хочу вас познакомить с народными нанайскими играми.

Физическое воспитание нанайских детей и подростков делало их жизнестойкими. Основными средствами такого воспитания были: закаливание, физические нагрузки, труд, самобытные игры и состязания. С помощью игр развивалась работоспособность и укреплялось здоровье, воспитывались честность, смелость, коллективизм, взаимовыручка, воля, любовь к природе и бережное отношение к ней.

Сейчас попросим нашего инструктора по физической культуре провести несколько игр.

Прыжки по кочкам

В процессе этой игры дети учились быстро и ловко преодолевать трудные участки местности

#### 1. Бой «Петухов»

В этой игре развивалась сила, ловкость, проявлялась смелость, настойчивость и решительность.

А в игру перетягивание пальцами, я предлагаю вам поиграть. Выбирайте себе соперника. Постарайтесь сесть лицом друг к другу, ступнями упритесь друг в друга. Сцепите средние пальцы правых рук в замок. Выигрывает тот, кто сумеет разогнуть палец соперника.

Ведущий: Спасибо нашему Николаю Николаевичу. Надеюсь вы все получили удовольствие. Думаю нам удалось доказать, что на самом деле «В здоровом теле – здоровый дух».

(Дети поднимают плакат «Играй всегда, играй везде, играй на суше и в воде»)

Ведущий: переходим к третьей части нашего мероприятия.

(Звучит куплет песни «Бросай курить!»)

Ведущий: Мы постараемся вам доказать, какое пагубное влияние оказывает никотин на здоровье человека, расскажем как можно избавиться от этого дурмана. Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.

Табак родом из Америки. В Россию был завезён английскими купцами. Но нельзя сказать, что табак беспрепятственно проникал повсюду.

**Ведущий:** Курение –это пагубная привычка, и курильщики преследовались в разных странах. В Англии курильщиков приравнивали к ворами и водили по улицам с верёвкой на шее. Торговцев табаком в России ждала смертная казнь. За курение полагалось серьёзное наказание – от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей. И всё же ничто не смогло остановить распространение этой «Дымящей отравы»

( В зал врываются две непрошенные гости – Сигареты и поют песню)

**Сигареты:** От сигареты станет всем светлей

От сигарет у вас у всех поедет крыша

Не делись ты сигаретою своей

Цены на неё становятся всё выше

И тогда наверняка

Станет жизнь наша легка

И болезни расцветут от никотина

С сигаретой будем спать

Ею жизнь отождествлять

И цветы при первом маяке кумира

**Сигареты:** Курить всегда, курить везде, курить на суше и в воде

**1 сигарета:** Кажется, мы вовремя

**Ведущий:** Кто такие, отвечайте?

**2 сигарета:** Да, мы тут мирно постоим, ну, парочку советов деткам дадим

(Советы сигарет)

**Дети:** Научится курить легко, а избавиться очень трудно. Мы всё равно не поддадимся вашим уговорам, потому что это очень вредно для себя и окружающих

**1 сигарета:** ХА-ХА-ХА. Да, мы вам не верим. Курильщик самый сильный, ловкий и здоровый.

Дети: Тогда давайте соревноваться, перетягивание каната устроит?

**2 сигарета:** Устроит, мы вас победим!

(Перетягивание каната)

**Сигареты:** табак очень полезен для детского организма

**Дети:** особый вред табак наносит детскому организму, у юношей замедляется рост

**Сигареты:** когда куришь, то можно выпускать красивые струйки дыма

**Дети:** дым при курении образует собой смесь многих ядовитых веществ

**Сигареты:** вдыхая дым, ощущаешь блаженство

**Дети:** Табачный дым приводит к бронхиту и раковым заболеваниям

Ухудшается работа сердца

Мозг курильщика плохо работает, ухудшается память

Каждая сигарета сокращает 15 минут жизни

**Ведущий:** Ну, вот, видите ребята победили вас. Они привели больше доводов о вреде курения.

**Ведущий:** В 1934 году во Франции компания молодёжи устроила состязание Кто выкурит больше папирос. Победителей ждал приз. Выигравших оказалось двое. Но награду победители не получили. Выкупив по 60 папирос, они скончались, несколько других участников доставили в больницу.

**Сигареты:** Всё ясно, здесь все помешаны на здоровом образе жизни. Пора уносить свои больные ноги.

**Ведущий:** Я вам дам советы как бросить курить.

-Бросай курить, не важно в какой день, но сделай это сейчас

-не жди похвалы и одобрения. Это твой личный подарок себе

Всякий раз думай о пользе, которую принесёт тебе отказ от курения

Сохраняются деньги, белеют зубы, улучшается цвет кожи

Помните!!!одна затяжка и всё пропало. Одна единственная сигарета даже через 5 лет возродит привычку.

**Ведущий:** Подводя итог нашего занятия, можно сказать, что все вы конечно, правы. Здоровье человека зависит от того образа жизни, какой он ведёт. А здоровый образ жизни – это наша личная гигиена, занятие спортом, избавление от вредных привычек.

Здоровье-это красота. Так будьте же всегда красивыми, не растрачивайте попусту то, что вам дано природой, поддерживайте и сохраняйте своё здоровье.