

Занятие по Зож в подготовительной группе. «Откуда берутся болезни? Как себя защитить от них?»

Задачи:

1. формировать представления о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания, чистоты тела и т.д.
2. формировать представление о микробах и вирусах и способов передачи микробов от грязного предмета к человеку, от человека к человеку, о доступных способах борьбы с микробами.
3. формировать представления о способах профилактики заболеваний.
4. воспитывать умение оценивать, что полезно и что вредно для здоровья, подвести к пониманию противоречий: полезно ли для организма, что мне нравится (мне нравится гулять в сырую погоду, а организму это полезно?)

Материал: солнышко, на лучиках которого изображены критерии здоровья.

Карточки путей проникновения микробов в организм человека (грязные фрукты, кошки, собаки, песок, грязные руки).

Киви, квашеная капуста, мандарин, морковь, свекла, яблоко, груша, бумажные салфетки, тарелки по количеству предлагаемых фруктов и овощей.

Поля зелёного и красного цветов, картинки с изображением действий ребенка (ребенок бежит, лежит перед телевизором, ест яблоко, жуют жвачку, плавает в реке, целуется с собакой, играет в мяч на спортплощадке, пьет кока-колу и т.д.)

В. Данным - давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек.

Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один бог сказал так: «Если все это будет

у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека, - здоровье – в самого человека. Так и живет человек с давних времен, пытаюсь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов.

В. Вопросы детям. «Что значит чувствовать себя здоровым?», «Что значит быть здоровым?», «Почему человек болеет?»

Ответы детей.

Беседа «Откуда берутся болезни».

В. Рассказ детям, что такое микроб. Слово микроб происходит от греческих слов «микрос», что означает малый, и «биос», что значит жизнь. Микробов на свете много и все они разные. Есть среди них существа покрупнее – бактерии, а есть и совсем маленькие – вирусы. Дети как вы думаете микробы проникают в наш организм?

Ответы детей.

«Что нужно делать чтобы не болеть?» давайте проведем опыт.

Проведение опыта «Почему надо мыть руки?»

Нанести на любую игрушку гель с блестками или тени с блестками. Потрогать грязную игрушку. Предложить поздороваться друг с другом крепко, сжимая ладони.

Как вы думаете что поможет уберечь нас от простуды?

Ответы детей. Давайте проведем опыт.

Опыт «Где живет витамин С?»

Витамин С живет в кислом. В. Сообщает сто приготовила разные продукты и запуталась, где кислые, и где не кислые. Вы мне поможете разобраться? Кто думает, что этот продукт кислый и в нем есть витамин С – попробовав, ставьте с тарелкой красную фишку. Если вкус сладкий ставьте – зеленую фишку, а если вкус не понятный ставьте белую фишку.

Физминутка. Скажите ребята, занятие физкультурой поможет защитить наше здоровье. Ответы детей. Давайте поиграем. Игра с мячом. «Витаминная азбука» В. Называет витамин. Ребенок продукт, в котором он есть.

А – морковь, тыква, помидор

В – мясо, яйцо, горох, Хлеб

С – апельсин, лимон, лук

Д – молоко, творог, рыба

Е – гречка, рис, кукуруза

Познавательно – исследовательская деятельность.

Дидактическая игра «Что вредно и полезно для здоровья»

Игровая задача: правильно разложить картинки с изображением действий ребенка в зависимости от их полезности – вредности.

Итог занятия. Как мы можем защитить себя от микробов.

Составление модели здоровья.

Что же нужно сделать что бы быть здоровым

Лучики у солнышка с критериями здоровья. (чистота, витамины, свежий воздух, физкультура).