

**Примерный план занятия
по познавательному, социально-коммуникативному развитию**

«Здоровый образ жизни и спорт»

(с использованием электронных материалов курса «Стань школьником с Робобориком!»)

Цели и задачи

- Формировать представления о здоровом образе жизни, о значении физкультуры и спорта для здоровья человека.
- Знакомить с летними и зимними видами спорта, спортивными играми.

Материалы

Интерактивная доска (или проектор с белым экраном); персональные компьютеры для индивидуальной работы (по количеству детей); электронные задания (12 шт.) и анимационный ролик для детей по теме «Здоровый образ жизни и спорт» курса «Стань школьником с Робобориком!»; раздаточный материал из курса по теме для самостоятельной работы дома, игрушка заяц, тряпичный мяч, детская игрушечная посуда и игрушечные продукты питания для завтрака.

План проведения занятия

1. Организационный момент – решение проблемной ситуации «Почему болит живот?»

В гости к детям пришёл зайчонок, он жалуется, что мама уехала, а у него болит живот. Педагог предлагает детям помочь зайчонку. Они задают ему вопросы, выясняют, что у зайчонка урчит живот, что сегодня он не ел. Дети делают вывод, что ему нужно покушать.

2. Беседа о правильном питании и режиме питания

Педагог предлагает детям накормить зайчонка завтраком (дети накрывают на стол, проводится обсуждение, что нужно есть на завтрак). Далее педагог просит рассказать, что дети знают о режиме питания и правильном питании.

Выполнение электронного задания № 2 («Режим дня. Приём пищи») (дети расставляют названия приёмов пищи к соответствующим иллюстрациям с блюдами и указанием времени приёма пищи).

При выполнении электронного задания № 3 («Правильное питание») педагог просит детей дать развёрнутый ответ, почему выбранный продукт полезен для здоровья, а невыбранный – вреден.

Задания направлены на актуализацию знаний о вредной и полезной пище, о режиме питания. Задания выполняются фронтально с использованием демонстрационного оборудования.

3. Просмотр анимационного ролика для детей по теме «Здоровый образ жизни и спорт»

К детям возвращается зайчонок и сообщает, что животик больше не болит, а мама посоветовала ему соблюдать здоровый образ жизни, но он не знает, что это такое. Педагог предлагает детям рассказать зайчонку, что такое здоровый образ жизни. А затем просит найти своим словам подтверждение в ролике «Здоровый образ жизни и спорт».

4. Закрепление понятия «Здоровый образ жизни» (ЗОЖ)

Выполнение электронного задания № 1 («Здоровый образ жизни»). (Дети выбирают из предложенных иллюстраций те, на которых изображены правила здорового образа жизни.) Задание выполняется индивидуально каждым ребёнком на компьютере. Перед началом работы педагог проверяет посадку детей, напоминает правила безопасности работы на компьютере и правила выполнения электронных заданий курса.

5. Беседа «Здоровье зубов»

Педагог спрашивает, болели ли когда-нибудь у детей зубы, почему это произошло и что нужно делать, чтобы они были здоровы. Педагог обращает внимание, что один раз в полгода необходимо обращаться к стоматологу, даже если ничего не беспокоит.

Для закрепления выполняется электронное задание № 4 («Полезно и вредно для зубов»). (Дети по картинкам определяют, что полезно для зубов, а что вредно, и перетаскивают иллюстрации с изображением действий человека соответственно к больному или здоровому зубу). Задание выполняется индивидуально каждым ребёнком на компьютере.

6. Беседа «Здоровье глаз»

Педагог предлагает отгадать загадку.

Живут два друга,
Глядят в два круга...
(Глаза и очки)

Источник: <http://mirdetstva5.ru/zagadki-pro-glaz>

Спрашивает, от чего портится зрение, почему люди носят очки. После беседы фронтально выполняется электронное задание № 6 («Бережём глаза»). (Дети из 4 вариантов должны выбрать рисунок, на котором ребёнок читает правильно, то есть не вредит глазам, а затем объяснить, почему три других варианта не подходят.) Затем выполняется задание № 7 («Здоровье глаз и зрение»). (Дети рассматривают рисунки, слушают, что они обозначают, и выбирают те из них, на которых изображены полезные для зрения и глаз действия.)

7. Физминутка под стихотворение «Зарядка»

А сейчас все по порядку
Встанем дружно на зарядку.
Руки в стороны
Согнули,
Вверх подняли,
Помахали,
Спрятали за спину их,
Оглянулись:
Через правое плечо,
Через левое ещё.
Дружно присели,
Пяточки задели,
На носочки поднялись,
Опустили руки вниз.

Источник: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2014/01/24/fizminutk>

8. Беседа «Гигиена – важная часть здорового образа жизни»

Педагог предлагает выполнить электронное задание № 5 («Что к чему»). (Дети составляют пары: часть тела и средство гигиены для него.) Педагог спрашивает, почему такое задание предложено в теме о здоровом образе жизни. Дети доказывают, что гигиена также важна, как и другие компоненты ЗОЖ.

Далее фронтально выполняется электронное задание № 8 («Бережём кожу»). (Дети выбирают рисунки, на которых изображены вредные для кожи воздействия.)

9. Беседа о спорте

Педагог напоминает детям о физкультминутке и спрашивает, зачем они её делали, зачем вообще нужны зарядка и занятия спортом. Затем предлагает вспомнить виды спорта из ролика (летние и зимние).

Игра «Цепочка». Дети передают друг другу мяч по цепочке и называют зимний вид спорта. Обрато передают, называя летний вид спорта.

Игра «Одиночный или командный спорт». Педагог кидает мяч всем детям по очереди и называет виды спорта (баскетбол, теннис, футбол, хоккей, волейбол, катание на коньках, хоккей, лыжные гонки, конный спорт и т. д.), ребёнок бросает мяч обратно и называет этот вид спорта – индивидуальный или командный.

10. Самостоятельная работа детей

Дети индивидуально выполняют электронные задания: № 9 («Спортивные игры. Найди ошибки») (рассматривают сюжетные картинки с разными видами спорта и ищут те, на

которых есть ошибки), № 10 («Летние виды спорта») (из набора картинок дети выбирают летние виды спорта), № 11 («Что лишнее?») (дети ищут лишний вид спорта – летний среди зимних), № 12 («Знаток спорта») (дети распределяют индивидуальные виды спорта и командные соответственно между одним спортсменом и командой из пяти человек).

В процессе выполнения педагог оказывает индивидуальную помощь, отвечает на уточняющие вопросы. После индивидуального выполнения проводится разбор, где были сложности, какие задания были интересными, какие – сложными.

11. Выполнение упражнений для глаз

12. Домашнее задание

Педагог предлагает распечатанный раздаточный материал по теме «Здоровый образ жизни и спорт» для самостоятельной работы дома.

13. Подведение итогов занятия