**Конспект непрерывной образовательной деятельности по формированию элементарных представлений о валеологии и анатомии человека в процессе физического развития «Большое путешествие в Нутриландию» для старшего дошкольного возраста**

**Борцой Виктория Степановна**

воспитатель

ГБДОУ Црр детский сад №38

Красносельского района Санкт-Петербурга

Приоритетные образовательные области: Познавательное развитие (формирование элементарных знаний по валеологии и анатомии человека). Физическое развитие (формирование осознанной потребности в двигательной активности).

Интеграция видов деятельности: Игровая и двигательная (игровой сюжет занятия - путешествие, использование сюрпризных моментов, подвижные игры с предметами и без предметов, общеразвивающие упражнения). Коммуникативная (конструктивное общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками, устная речь, как основное средство общения объединения усилий с целью достижения общего результата).

Познавательно-исследовательская деятельность (деятельность с использованием моделей, рассматривание наглядных пособий). Конструирование (конструирование игрового дыхательного тренажёра по образцу)

Вид занятия: Интегрированное

Цель: создать представление о внутреннем строении собственного тела и мотивировать к сохранению здоровья.

Задачи:

Образовательные:

1. Формировать элементарные знания по валеологии и анатомии человека в процессе физкультурной деятельности.

2. Познакомить детей с упражнениями, способствующими улучшению работы некоторых органов и их систем.

Развивающие:

1. Создавать возможности и мотивацию применения на практике полученных знаний о способах укрепления и сохранения здоровья средствами физической культуры.

2. Развивать воображение, образную, двигательную деятельность в игровых ситуациях.

Воспитательные:

1. Воспитывать бережное отношение к своему телу, здоровью и здоровью людей.

2. Воспитывать умение действовать в интересах команды, соблюдать правила игры и сохранять концентрацию внимания в условиях повышенного эмоционального фона.

3. Поощрять инициативу и любознательность детей в процессе здоровьеформирующей и образовательной деятельности

Планируемый результат: Мотивационные и игровые приёмы обеспечат доступность информации в соответствии с возрастными особенностями и позволят детям:

Понять, как «работает» их организм

Осознать, что они влияют на происходящее в организме

Узнать, как сделать это влияние положительным.

Вводная часть занятия:

Педагог в костюме Нейрончика встречает детей перед входом в зал.

Нейрончик (Н): Ребята, здравствуйте! Меня зовут Нейрончик. Я появился в вашем садике, потому что узнал, что именно здесь, самые весёлые, ловкие и любознательные дети.

Я очень хочу познакомиться с вами и поиграть! А вы хотите познакомиться со мной?

Ответы детей

Н: чтобы наша игра началась, каждый из вас заходя в зал должен нажать кнопку запуска игры. Для этого приготовьте правую руку и по очереди дайте мне «пять»!

Дети входят в зал под музыку. Здороваются с гостями и встают в шеренгу. Нейрончик приветствует каждого ребёнка.

Н: я живу в удивительной стране, она называется Нутриландия. Вы не найдёте её ни на одной карте мира, потому что страна Нутриландия находится внутри вас — это ваш организм и ваше тело. А знаете от какого слова произошло название моей Нутриландии? Вам приходилось слышать, такое слово «Нутро»? Знаете, что оно означает?

Ответы детей.

Н: Я приглашаю вас в путешествие, в котором вы узнаете, как устроено тело и организм человека, как оно работает и как заботиться о его здоровье, чтобы у вас всегда были силы, для игр, веселья и роста!

Пора в путь! Нам осталось лишь сказать волшебные слова.

Дети и Нейрончик соединяют ладони правой руки в центре и произносят заклинание: «В Нутриландию скорей собирай своих друзей! Скажем: «Раз!» Скажем: «Два!» Нам в Нутриландию пора!»

Основная часть занятия:

Перестроение. Знакомство детей с принципом работы «навигатора».

Н: Ребята, это мой навигатор он будет нам подсказывать в какую часть Нутриландии мы отправимся. И сейчас он направляет нас познакомиться с опорой Нутриландии.

Как думаете, что является опорой для вашего тела?

Ответы детей.

Н: Скелет, или на взрослом медицинском языке опора Нутриландии называется

Костной системой. Из чего состоит костная система?

Ответы детей.

Н: (демонстрируя макет скелета тела человека) без скелета наше тело было бы похоже на кожанные мешки с органами. Ребята, а кости твёрдые или мягкие?

Ответы детей.

Н: Раз они твёрды тогда как же мы двигаемся не ломая костей?

Рассуждения детей.

Н: Скелет состоит из костей разного размера и места где кости соединяются называются суставами. Вот благодаря суставам мы двигаемся здоровым нужно делать суставную гимнастику

Давайте устроим настоящий праздник здоровья для скелета и сделаем суставную гимнастику «Танец скелета»

Перестроение: в рассыпную.

Суставная гимнастика «Танец скелетов»

Перестроение для вращения колеса «навигатора».

Н: Следующая станция нашего путешествия - Двигательно-силовая установка. На медицинском языке она называется мышечная система. Давайте поразмышляем из чего она состоит?

Детские размышления.

Н: Мышцы прикрепляются к костям. Они могут изменять свою длину — укорачиваться (сокращаться) и растягиваться. Благодаря сокращению и растягиванию мышцы толкают кости и скелет двигается.

Для здоровья тела нужно тренировать мышцы, делать их сильными и гибкими. Если мышцы слабые, то скелет будет искривляться, органы начнут давить друг на друга и из-за этого болеть. Я научу вас весёлому способу тренировки мышц для здоровья тела. Называется этот способ гладинг, потому что мы будем гладить пол бумажными тарелками и таким весёлым способом укреплять мышцы.

Перестроение в 2 шеренги.

Выполнение упражний гладинга на бумажных тарелках.

Перестроение для вращения колеса «навигатора».

Н: теперь навигатор отправляет нас узнать, где находится центр управления и связи в Нутриландии. Как вы думаете, что в нашем теле всем управляет?

Рассуждения детей.

Н: (демонстрируя макет черепа человека с головным мозгом) центр управления нашим телом – это мозг! Мозг – это супербыстрый, очень точный компьютер, который выполняет одновременно множество задач. Вот прямо сейчас ваш мозг видит, слышит, думает, запоминает, управляет работой сердца, лёгких и всех остальных органов. И всё это он делает одновременно. А справляться со всем этим ему помогают нейроны.

Нейроны - это крохотные клетки с множеством отростков. Они соединяются этими отростками словно берутся за руки и таким образом от нейрона к нейрону передают информацию от тела и органов к мозгу, и от мозга к органам. Когда вы узнаёте или научаетесь делать что-то новое у вас появляются новые связки нейронов, это очень важно! Для здоровья людям важно тренировать не только тело, но и мозг! Сейчас у вас будет возможность на себе проверить легко ли быть нейронами и быстро, чётко и правильно выполнять команды мозга.

Я буду мозгом — буду давать команды, а Вы — нейрончиками, и будете мои команды выполнять.

Подвижная игра «Послушные нейроны»

Перестроение к «навигатору».

Н: Следующий пункт путешествия — мотор, дороги и курьеры Нутриландии. На медицинском языке всё это называется сердечно-сосудистая или кровеносная система.

Вслушайтесь в название КРОВЕНОСНАЯ... что же там происходит?

Предположения детей.

Н: Сосуды, вены и артерии кровеносной системы похожи на дороги, по которым несётся кровь — курьер и доставляет по всему организму то, что ему необходимо, а запускает этих курьеров мотор — сердце.

Что бы представить, как это работает мы сыграем в подвижную игру, в которой построим маленький макет сердечно сосудистой системы.

Подвижная игра с элементами основных видов движений и школя мяча: «Запуск курьеров».

Перестроение для вращения колеса «навигатора».

Н: последний пункт назначения в путешествии — Вентиляционная система. На медицинском языке она называется дыхательной системой. Чтобы понять, как она работает давайте, вспомним, что мы делаем, когда приходим в душную комнату с несвежим воздухом?

Ответы детей.

Н: Открытые окна, позволяют нам впустить свежий воздух, и избавиться от старого.

Также поступает и наше тело. Мы делаем вдох чтобы наполнить лёгкие свежим воздухом, а старый выпускаем во время выдоха. Правильный вдох нужно делать носом или ртом?

Ответы детей.

Н: В носу есть волоски, которые очищают воздух и согревают его. Давайте сделаем глубокий вдох носом и посмотрим, что произошло с рёбрами? Они разрасширились. Потому что лёгкие наполнились воздухом, а теперь ртом выдох, ребра снова стали прежними. А теперь я покажу как это выглядит изнутри при помощи эксперимента.

Эксперимент «Как работает дыхательная система».

Н: для того, чтобы в вашей Нутриландии всегда был свежий воздух я научу вас делать дыхательный тренажёр, для весёлой дыхательной гимнастики. «Дыхание дракона».

Перестроение в круг.

Мастер класс создания дыхательного тренажёра «Дыхание дракона»

Заключительная часть занятия:

Н: Наше путешествие подошло к концу. Прежде чем попрощаться давайте вспомним как прошло наше путешествие!

Рефлексия.

Н: ну а теперь пора прощаться! Давайте соеденим ладони и произнесём волшебные слова, и вернёмся из Нутриландии обратно в детский сад.

Перестроение к ритуалу завершения путешествия - дети и Нейрончик соединяют ладони правой руки в центре и произносят слова: «Скажем: «Раз!», скажем: «Два!», «Нутриландия, пока!».