Конспект занятия «Солнышко здоровья»с использованием QR кода

Цели: Закрепить знания детей о здоровье, о влиянии на здоровье двигательной

активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения. Развивать

познавательный интерес мыслительную активность, воображение, развивать

способность выражать различные эмоции. Воспитывать желание быть

здоровым, внимательно относиться к себе и к своим близким

Задачи:

1. Закрепить знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения.

2. Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

3. Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

Методы и приемы:

познавательная деятельность с оздоровительной направленностью, дыхательные и двигательные упражнения, игра, исследовательские действия, использование дополненной реальности

Предварительная работа:

1. Беседа с детьми о гигиене, здоровом образе жизни.

2.Рассматривание с детьми демонстрационного материала на тему: *«Соблюдай личную гигиену»*

3.Чтение детям художественной литературы: *«Мойдодыр»*, *«Айболит»*, *«Федорино горе»* *(Чуковский К. И.)*

4. Выполнение физических упражнений в процессе физкультурных занятий и утренней гимнастики.

5. Выполнение дыхательных упражнений

6. Чтение детям стихов о витаминах.

7. Подготовка атрибутов к занятию: магнитная доска; солнышко с обратной стороны QR-код; QR-код- с загадками(зубная паста, вода, мыло)+3 любых картинки+3 QR-кода , QR-код- дыхательная гимнастика; QR-код- зарядка; маленькие улыбки по количеству детей

Воспитатель: Ребята ,давайте поздороваемся с друг с другом

Дети: Здравствуйте!

В: На какое слово похоже слово *«здравствуй»*? Правильно, когда мы здороваемся мы желаем друг другу «здоровья*»*.

*А теперь мы скажем друг другу утреннее приветствие:*

Доброе утро! Улыбнись скорее!

И сегодня весь день будет веселее!

Мы погладим лобик, носик и щечки,

Будем мы красивыми как в саду цветочки!

Разотрем ладоши сильнее, сильнее

А теперь похлопаем смелее, смелее!

Ушки мы теперь потрем и здоровье сбережем

Улыбнемся снова, будьте все ЗДОРОВЫ!

Сюрпризный момент: *«входит»* гномик.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, к нам в гости пришел гномик, что мы ему скажем? *(здравствуй)*. Но что-то он очень грустный.

*(обращаясь к гномику)*: Что случилось с тобой, гномик?

Гномик: Ребята, я пришел к вам за помощью. Что-то я совсем без сил, мне кажется, что я потерял свое здоровье и не знаю, где его найти. Вы мне поможете?

Д: (Предполагаемые ответы детей )да, поможем!

В: Чтобы помочь гномику нам надо с вами отправиться в гости. А к кому же мы пойдем ?......

Предполагаемые ответы детей*. Воспитатель обращает внимание на черный квадрат(QR код) рядом с которым лежит планшет. Дети наводят планшет на квадрат и видят загадку, воспитатель читает.*

на обратной стороне изображения Солнца

В: гномика с собой берем, в гости к солнышку пойдем, и здоровье там найдем.

В: Наше здоровье можно сравнить с солнышком у которого много лучиков. Эти лучики помогают нам сохранять и поддерживать свое здоровье.

Чтобы узнать как называется первый лучик нашего солнышка здоровья я предлагаю вам отгадать загадки а отгадки найти на картинках и прикрепить на лучики солнышка

Крепим на 1 лучик

,, гигиена

На 2 лучике прикреплен QR-код( считываем чуть позже): А теперь я предлагаю вам проделать небольшой опыт.

Попробуйте глубоко вздохнуть, а потом закройте ладошкой нос и рот. Что вы чувствуете? А чем мы дышим?

Правильно, мы дышим свежим воздухом, именно поэтому мы выходим каждый день на улицу, на прогулку

Давайте мы вместе научим гномика какие упражнения делаем перед прогулкой (гимнастика *«закаливающее дыхание»*)



Гномик: Оказывается так интересно правильно дышать. Мне так понравилось. Теперь я буду делать их каждый день. Ой, что-то я покушать захотел, пойду съем побольше конфет.

В: ребята, а чтобы быть здоровым можно ли есть много конфет? А какую еду можно есть? *(полезную)*

 Правильно, если вы будете мало принимать витаминов, то будете плохо расти. Вы не будете бегать, прыгать, играть, потому, что у вас просто не будет сил.

 Теперь я предлагаю вам выбрать только те картинки, где изображены полезные продукты и прикреплять их на 3 лучик

Какие продукты не взяли? Почему? А какие выбрали? Почему?

Значит чтобы быть здоровым нужно принимать**…**(витамины, кушать полезные продукты, в которых много витаминов. Называется наш лучик: витаминная еда. 3-й лучик солнышка здоровья.

В: Давайте проверим, много ли силы в ваших руках. Покажите свои мускулы.

Ребята, а от чего появляется сила в наших руках, как вы думаете?

А вы любите делать зарядку?

Давайте мы сейчас научим гномика делать зарядку.



Посмотрим сколько силы стало в ваших руках. Добавилось силы?

Как вы думаете, почему человек должен быть сильным?

Сила укрепляет здоровье человека. Чтобы быть сильным, нужно делать зарядку, заниматься спортом. И следующий, 4-й лучик нашего солнышка так и  называется физические упражнения.

В:Ребята у вас хорошее настроение? Хорошее настроение – вот название последнего, пятого лучика.

*Крепим улыбку на солнышко маленькими улыбками которые у детей в руках*

Посмотрите, как улыбается солнышко, оно радуется, что мы вместе узнали, как найти и сохранить свое здоровье. И мы все очень рады, что мы сумели тебе помочь. Ведь правда, ребята? Теперь ты знаешь как найти и сберечь свое здоровье?

В: Ребята, понравилось вам наше солнышко здоровья? Давайте назовем, какие лучики у солнышка мы открыли.

1-й лучик: гигиена

2-й лучик: свежий воздух

3-й лучик: витаминная еда

4-й лучик: физические упражнения

5-й лучик: хорошее настроение.

Рефлексия: - Что нового узнали на занятии?

- Что понравилось?