**Технологическая карта**

**Тема:** «Быть здоровым – здорово».

**Возраст:** дети 6-7 лет.

**Направление:** физическое развитие.

**Интеграция областей:** социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое.

**Вид деятельности:** сюжетно-игровая.

**Формы организации:** групповая, фронтальная.

**Формы здоровьесберегающих технологий:** игровая, коммуникативная,дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопия и осанки.

**Цель:** формирование у детей потребности к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

*Образовательные:*

-создавать условия для формирования двигательных умений и навыков;

-продолжать формировать знания о компонентах здорового образа жизни;

-способствовать формированию правильной осанки, предупреждения плоскостопия;

-помогать детям ощутить радость, удовольствие от совместной деятельности.

*Развивающие:*

-развивать силу, ловкость, выносливость, координацию движений, ориентировку в пространстве;

-создавать условия для развития чувства ритма при выполнении упражнений под музыку, творчество, воображение;

-способствовать развитию речи в процессе игровой деятельность.

*Воспитательные:*

-воспитывать интерес к физической культуре;

-воспитывать выдержку, организованность, инициативность, умение взаимодействовать с педагогом и сверстниками.

**Образовательные результаты:**

**-**дети реализовали потребность в двигательной активности;

-проявили ловкость, умение ориентироваться в пространстве, силу, выносливость, координацию движений;

-дети владеют основными видами движения;

-знают основные компоненты здорового образа жизни;

-проявили творческую активность и воображение;

-взаимодействуют со сверстниками и с педагогом;

-работают по правилам.

**Методы и приемы:**

1.Словесный (вопросы к детям, уточнение, поощрение),

2.Проблемно-ситуативный (придумать способы приветствия, узнать правильно ли жители города заботятся о своём здоровье).

3. Наглядно-демонстрационный (журнал, картинки, показ слайдов, муляжи продуктов питания);

4.Наглядно-слуховой (музыкальное сопровождение)

5.Наглядно-практический (рефлексия, заполнение журнала).

6. Практический (ОРУ, ОВД, игра «Здравствуй», «Спрячься сам и не забудь о других», дыхательные упражнения, элементы Пилатес, упражнения для профилактики плоскостопия).

7. Игровой (путешествие в город Здоровья)

**Технические и программные средства:** ИКТ, музыкальный центр, Microsoft Office Word, Power Point.

**Содержание образовательной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Этапы деятельности** | **Методы и приёмы** | **Дидактические средства** |
| 1. | Мотивационно-побудительный  (создание интереса к занятию, знакомство) | *Практический метод*  Игра «Здравствуй»  *Проблемно-ситуативный метод*  -Каким способом можно поприветствовать друг друга?  *Словесный метод (вопрос-ответ)*  -Когда мы здороваемся, что мы желаем друг другу? |  |
| 2. | Постановка цели | *Словесный метод (вопрос-ответ)*  -Что нужно делать, чтобы быть здоровым?  Ответы детей.  *Проблемно-ситуативный метод*  Предлагаю отправиться в путешествие в город Здоровья.  *Риск*   * Если дети называют компоненты здорового образа жизни, то во время путешествия узнаем всё ли жители города делают правильно, чтобы быть здоровыми. * Если дети не называют компоненты ЗОЖ , то во время путешествия дети помогут узнать как заботиться о своём здоровье.   Задачи в процессе деятельности: выполнить предложенные задания, заполнить журнал.  *Практический метод*  Вход в ситуацию. |  |
| 3. | Совместная деятельность | *Словесные методы:*  - команды, сигналы;  - пояснение и объяснение выполнения ОРУ, ОВД, игровых упражнений,  эстафеты;  -указания для уточнения правил;  - словесное сопровождение дыхательных упражнений;  - поощрение, похвала.  *Наглядно-демонстрационный метод:*  - показ слайдов;  - чтение схем основных видов движения;  -заполняем журнал «Быть здоровым – здорово».  *Наглядно-слуховой метод:*  - музыкальное сопровождение.  *Практический метод:*  - ОРУ (фитнес);  - ОВД (ползание в туннель, прыжки);  - имитационное движение «Жуки»;  - игра «Спрячься сами не забудь о других»;  - игровое упражнение «У озера»;  -упражнение для профилактики плоскостопия «По камушкам»;  - дыхательные упражнения;  -выход из ситуации. | журнал  (форма лэпбука)  ИКТ  схемы-карточки  аудиозапись    дорожка Твистер  обручи, сундук, ориентиры, «парашют»,  муляжи продуктов питания, средства личной гигиены, конверты с картинками |
| 4. | Итоговый | *Словесный метод (*диалог «вопрос-ответ»)  *-*В каком городе мы побывали?  - Для чего мы отправились путешествовать в этот город?  -Что же жители города делают, чтобы быть здоровыми?  *Наглядно-демонстрационный*  *-* подведение итога занятия по журналу | Журнал |
| 5. | Рефлексия | *Наглядно-практический метод:*  -рефлексия «Тучка и солнышко». | Карточки с изображением  солнышка и тучки |

**Ход НОД**

**Слайд 1**

Дети входят в зал.

Инструктор предлагает встать в круг.

Игра «Здравствуй»

- Как можно поприветствовать друг друга? или Как мы поприветствовали друг друга ?

- А я знаю еще способ как можно весело поздороваться. (плечиками)

**Проблемная ситуация**

-Придумайте как по- другому можно поздороваться (дети выполнят действия).

-Когда мы здороваемся, что мы желаем друг другу? (Здоровье)

-Что нужно делать, чтобы быть здоровым? (ответы)

*Риск*

*Если дети проговаривают все компоненты ЗОЖ, то*

Я предлагаю дружно отправится в путешествие в город Здоровья и узнать всё ли жители города делают правильно, чтобы быть здоровыми.

*Если дети не называют компоненты ЗОЖ, то*

В этом городе дети знают ,что нужно делать, чтобы быть здоровым.

- Как называют людей, которые путешествуют (путешественники).

- Путешественники заполняют журнал в котором отмечают где бывали, что видели. - У нас тоже будет свой журнал «Быть здоровым – здорово».

Показ журнала.

- Он пуст. Что мы будем делать?

- Заполнять страницы.

- А ещё жители города нам подготовили интересные задания, которые нам необходимо выполнить и сюрпризы.

Нам пора в путь. Закройте глазки.

*Вход в ситуацию*

Критись-вертитись в городе здоровья очутись.

**Слайд 2 станция Просыпайся**

Мы прибыли на первую станцию

-Что на этой станции делают (зарядку)

Фитнес упражнения под музыку.

В конверте картинка «Зарядка» дети прикрепляют в журнал.

**Слайд 3 Площадь Чистюль**

Молодцы, отправляемся в другу часть города и попадаем на площадь Чистюль.

Сейчас мы посмотрим, для чего собираются жители этого города на площади.

Они оставили шкатулку. Что там лежит мы увидим только после выполнения заданий. Рассмотрим, какие задания нам необходимо выполнить.

Чтение схем.

1. Разделиться на команды.

2. Дать возможность детям сделать выбор самостоятельно.

3. Задания по схеме.

-Ползание в туннель

- Прыжки на двух ногах (змейкой на коврике Твистер)

Выполнение упражнений в группах.

После выполнения упражнений инструктор достает гигиенические принадлежности: (мыло, зубная щетка, паста, полотенце, расческа).

Для чего нужны эти предметы?

Значит, что жители города делают на этой площади?

Правильно соблюдают правила гигиены.

Я вручаю вам знак.

**Слайд 4 Улица Витаминная**

Отправляемся дальше в путь.

И попадаем на улицу Витаминную.

Жители города на предлагают подкрепиться и прислали две корзины.

Рассмотрим, что в корзинах (совместно раскладываем овощи, фрукты, другие продукты питания)

Какие продукты питания изображены на экране?

Что содержится полезного в фруктах и овощах?

*Эстафета «Собери фрукты и овощи» (имитационное движение «Жуки»)*

Отмечаем на карте эту улицу.

Жители этой улица оставили нам не только картинку улицы, но и картинки продуктов питания. В нашем журнале есть два кармашка. На одном из кармашков интересный знак. Как вы думаете, что он обозначает? (запрет). В группе вы должны разделить продукты питания по кармашкам. В один полезные, в другой вредные продукты для здоровья.

Продолжаем путешествовать.

**Слайд 5 Улица Спортивная**

- Чем занимаются жители этой улицы?

-Какие виды спорта бывают?

-Как можно назвать эту улицу?

Все спортсмены люди сильные, ловкие, внимательные и дружные. А вы обладаете такими качествами? Поиграем в игру «Спрячься сам и не забудь о других» и проверим это.

- С заданием справились, можно в журнале отметить эту улицу.

Ребята, и в этом конверте вам подарок. Это фотографии. Кто на них изображены? (Спортсмены). Эти фотографии черно-белые. А вы можете их сделать цветными. Как? С этим заданием вы справитесь в группе.

**Слайд 6 Парк Отдыха**

Пока мы рассматривали фотографии, мы очутились в парке отдыха.

В парке всегда светит солнышко и есть волшебное озеро с которым можно поиграть. Поиграем?

Релаксация. Упражнения для мышц спины.

**Слайд 7 Станция Закаляйся**

Нам пора собираться в обратный путь. А отправляться в садик мы будем со станции Закаляйся.

Что делают жители города на этой станции?

Для чего это необходимо?

Как ещё можно закаляться?

*Риск*

Дети не называют виды закаливания

Проговорить самой.

Ходьба по камушкам (останавливаются у доски).

Прикрепляют последнюю картинку.

*Возвращение*

«Закрыли глаза. Крутись-вертись в саду окажись.

**Слайд 1**

*Итог.*

В каком городе мы побывали?

Для чего мы путешествовали по городу?

Что делают жители города, чтобы быть здоровыми?

Справились мы со всеми заданиями?

Укрепили свое здоровье?

Интересно было?

*Рефлексия*

Жители в дорогу мне дали медальки.

Что изображено на медальках?

Какое настроение у солнышка, у тучки?

Если вам понравилось это путешествие возьмите солнышко.

Если вам было не понравилось возьмите тучку.

А я вам отдаю журнал. И не забывайте выполнить задания.