

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Солнышко» с. Лорино»

Конспект НОД
«Приключения в королевстве микробов»
(средняя группа)

Инструктор по ФИЗО
Миннегалиева Л.В.

С. Лорино
2016г

Конспект НОД «Приключения в королевстве микробов»

Задачи.

1. Сформировать представление, что большинство заболеваний носит инфекционный характер; разъяснит, что человек в силах уберечь себя от болезней.
2. Развить слуховое восприятие.
3. Воспитать желание быть здоровым, сопротивляться болезням.

Оборудование: иллюстрации «Мальчик болеет», «Мальчик выздоровел», «Король микробов»; большой мяч.

Ход занятия.

Инструктор. Ребята, сейчас зима. Холодно. В зимний период люди часто простужаются. Давайте сделаем массаж, чтобы не болеть простудными заболеваниями.

Массаж биологически активных зон «В январе».

Для профилактики простудных заболеваний.

В январе, в январе Много снега на дворе. Снег на крыше, на крылечке. Солнце в небе голубом. В нашем доме топят печки, В небо дым идет столбом.	Проводит большими пальцами рук по шее. Кулачками энергично проводят по крыльям носа. Растирают ребрами ладоней лоб. Раздвигают указательный и средний пальцы, кладут их перед и за ушами и массируют эти точки.
---	--

Вот и мальчик Миша заболел. Послушайте, что он скажет.

Показывает рисунок, изображающий больного мальчика Мишу.

Миша.

Со мной приключилась большая беда.

Мороженое ел я помногу всегда –

И вот какая картина:

Ко мне привязалась ангина,

И кашель, и насморк меня одолели.

Если б вы знали, как они надоели.

Инструктор. Да, Миша, на тебя напали микробы. А вы, ребята, видели микроба? Нет?

Не будь он так вертляв и мал,

Я бы для вас его поймал.

И вы бы увидели сами

Микробью мордочку с усами,

Узор пятнистый вдоль хребта,

Схватили микробы Мишу, любители мороженого, и повели к своему Королю – самому главному из микробов.

Шесть быстрых ног и три хвоста.

Таков, как уверяют строгие

Профессора по зоологии,

Микроб, невидимый злодей,

Враг честных и простых людей.

Коммуникативная игра «Сиамские близнецы».

Дети встают парами плечом к плечу, обнимают друг друга за пояс и двигаются по залу, выполняя задания – сесть, встать, идти вперед, назад, по кругу и т.п.

Вот так и попал Миша в Королевство микробов. *(Показывает рисунок с изображением Короля микробов)*. Увидел Миша Короля микробов. А тот хвастается: «Мы, микробы, - существа могущественные. Стоит нам только пробраться в тело человека, сразу начинаем разбойничать и размножаться внутри. Человеку становится плохо, он заболевает. Его трясет, колотит, начинается чихание, жар, кашель». (По С. Афонькину).

Миша.

Мне не нравится болеть.	Выпишет лекарства...
Если так случится –	Не хочу болеть зимой –
Буду горло себе греть,	Кашлять и сморкаться.
В ноги класть горчицу.	(Даша Крапивина)

Врач придет ко мне домой,

Инструктор. И стал Миша от микробов отбиваться.

Игра «Брыкание» для эмоциональной разрядки и снятия мышечного напряжения.

Дети разбиваются на пары. Один ребенок ложится на пол, другой стоит напротив. По команде стоящий наваливается руками на согнутые в коленях ноги лежащего. Лежащий сопротивляется и громко кричит: «Нет!» Игра продолжается 2-3 мин. Затем играющие меняются ролями.

Тело Миши объявило микробам войну. Оно бьет, рубит, вяжет, уничтожает их без счета. Скоро наступит победа. Со многими микробами помогает справиться обыкновенное мыло.

Массаж лица «Умывалочка».

Надо, надо нам помыться. Где тут чистая вода?	Хлопают в ладоши. Показывают руки то вверх ладонями, то тыльной стороной.
Кран откроем – ш-ш-ш...	Делают вращательные движения кистями («открывают кран»).
Руки моем – ш-ш-ш..	Растирают ладони друг о друга.
Щечки, шейку мы потрем	Энергично поглаживают щеки и шею движениями сверху вниз.
И водичкой обольем.	Мягко поглаживают ладонями лицо от лба к подбородку

Мыло помогло избавиться от микробов, которые любят грязь. А как же лечить простуду?

Дети отвечают.

Правильно, в период эпидемии нужно есть чеснок и лук. Скоро мы с вами будем выращивать лук в воде и класть в суп его зеленые стрелки. Давайте выучим стихотворение о луке и научимся делать массаж шеи.

Массаж шеи «Лук». (По китайской методике).

Зеленеет лук в воде, Пузырьки – на бороде,	Левой рукой обхватывают шею с правой стороны и потирают ее, проводя ладонью к основанию горла.
Пузыречки, пузырьки – Шалуны, озорники!	Повторяют правой рукой.

<p>Каждый этот пузыречек Очень бороду щекочет. Если так щекотать, Всяк захочет хохотать! Лук трясет бородой, Наостряет стрелки: Скоро буду молодой Лежать на тарелке. (Ю. Моринц)</p>	<p>Указательным и большим пальцем руки оттягивают кожу на шее и отпускают ее (16 раз).</p> <p>Большим пальцем левой руки обхватывают шею слева, а остальными пальцами – справа, массируют шею вверх и вниз.</p>
---	---

Мы не случайно вспомнили о луке. В народе говорят: «Лук от семи недугов». Оказывается, лук очень хорошо убивает микробы. Вот почему врачи рекомендуют в период эпидемии гриппа включать в питание лук и чеснок. Вот только что происходит, когда чистят лук?

Дети отвечают.

Конечно, все начинают плакать. Поэтому мы сейчас поможем своим глазкам расслабиться.

Массаж глаз «Раздеваем лук». (По китайской методике).

<p>Сняли тоненький сюртук, Сняли рыжую рубашку, Сняли желтую рубашку, А стянув еще рубашку, Все заплакали вокруг. Вот как мы вчера на кухне Раздевали сладкий лук. (Дж. Чиарди, в пер. Р. Сефа)</p>	<p>Потирают средние пальцы рук друг о друга, чтобы их разогреть. Неплотно прикрывают глаза и мягко проводят пальцами от внутреннего края глаз к внешнему. Расфокусируют зрение и совершают круговые движения зрачками глаз сначала в одну сторону, потом в другую.</p>
---	--

А больное горло мы можем полечить специальными упражнениями.

Комплекс оздоровительных упражнений для горла.

(По В. Кудрявцеву и Б. Егорову).

- 1. «Лошадка».** «Вспомните, как звучит по мостовой цоканье копыт лошади. Цокаем языком то громче, то тише, то быстрее, то медленнее» (20-30 с).
- 2. «Ворона».** «Села ворона на забор, стала громко каркать. То вверх поднимает голову, то в сторону повернет». (дети произносят протяжно звук «ка-а-ар» - 5-6 раз).
- 3. «Змеиный язычок».** Стараться длинным «змеиным» языком достать до подбородка. (6 раз).
- 4. «Зевота».** Сидя, удобно расслабиться, опустить голову, широко раскрыть рот. Не закрывая его, вслух произнести «о-о-хо-хо-о-о», позевать (5-6 раз).
- 5. «Веселые плакальщики».** Имитация плача, громкие всхлипывания, сопровождаемые резкими, прерывистыми движениями плеч и шумным вдохом без выдоха (30-40 раз).

б. «Смешинка». Попала смешинка в рот. Глаза прищурились, губы радостно раздвинулись и послышались «хохотальные» звуки «ха-ха-ха, хи-хи-хи, гы-гы-гы».

А еще чтоб не болеть и не простужаться,

Зарядкой надо по утрам всем людям заниматься.

Физкультминутка «Я позвоночник берегу».

<p>Я позвоночник берегу, И сам себе я помогу. Все выполняю я по порядку: Сначала сделаю зарядку, Нагнусь, Прогнусь, И выпрямлюсь, И вправо, влево наклонюсь. С друзьями поиграю в мяч, Он весело помчится вскачь. И за столом я посижу, И телевизор погляжу. Но буду помнить я всегда: Должна прямою быть спина!</p>	<p>Наклоняют корпус вправо – влево, ладони скользят вдоль тела от подмышек до колен. Ставят руки на пояс, поднимают и опускают плечи. Бегут на месте. Прыгают на обеих ногах. Делают полуприсед, сложив руки «полочкой» перед грудью. Встают прямо, руки в стороны. Кладут правую руку за правое плечо, левую руку заводят за спину и стараятся, сцепит пальцы рук за спиной. Меняют положение рук.</p>
--	--

Самый лучший для здоровья отдых - активный. Это значит, что, отдыхая, не надо лежать на диване и смотреть телевизор, лучше взять скакалку или мяч и поиграть с ними.

Пальчиковая игра «Мяч».

<p>Десять, девять, Восемь, семь, Шесть, пять, Четыре, три, Два, один. Мы с мячом Играть хотим. Только надо Нам узнать: Мяч кто будет Догонять.</p>	<p>Хлопают в ладоши. Шлепают по коленям. Хлопают. Шлепают. Хлопают. Закрывают глаза то внутренней, то внешней стороной ладони. Делают хлопок на каждое слово. Топают на каждое слово. Приседают.</p>
--	---

Игра «Догони мяч».

Играющие встают в круг, Располагаясь друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Водящего выбирают с помощью считалки:

«Мимо леса мимо дач

Плыл по речке красный мяч.

Увидала щука. Что это за шутка?

Хватать, хватать! Не поймать.

Мячик вынырнул опять.

Он пустился дальше плыть.

Выходи, тебе водить».

Водящий делает шаг назад. Его место в кругу остается свободным. Пятому от водящего ребенку дают большой мяч. Дети говорят: «Раз, два, три – беги!» Ребята передают мяч вправо по кругу, а водящий бежит за кругом в том же направлении, стараясь добежать до своего места раньше, чем до него дойдет мяч.

Поможем Мише победить всех микробов. Они спасаются бегством от тех, кто закаляется, умывается и спортом занимается.

После простуды иногда начинают болеть уши. И здесь нам на помощь опять придет массаж.

Массаж ушей. (Авторская разработка)

Чтобы уши не болел.
Разомнем мы их скорее
Вот сгибаем, отпускаем
И опять все повторяем.
Козелок мы разомнем,
По уху пальчиком ведем
И ладошкой прижимаем,
Сильно-сильно растираем.

Пальцами мягко разминают ушную раковину.
Пальцами сгибают ухо и отпускают его.
Большим и указательным пальцами растирают козелок.
Проводят указательным пальцем по краю ушной раковины.
Ладонями энергично растирают уши.

Цель массажа: воздействовать на слуховой аппарат и активные точки кишечника, выходящие на ушные раковины.

Инструктор. (Показывает изображение здорового мальчика). Наш Миша обратился в бегство всех микробов и теперь совсем здоров. А теперь я проверю, хорошо ли вы запомнили, как бороться с микробами. Если то, что я вам скажу, правильно, вы отвечайте: «Правда!» А если я скажу что-то неверно, отвечайте: «Неправда!».

Игра «Это правда или нет?» (Авторская).

Вас прошу я дать ответ:
Это правда или нет?
Чтоб с микробами не знаться,
Надо дети закаляться?
Никогда чтоб не хворать,
Надо целый день проспать?
Если хочешь сильным быть,
Со спортом надобно дружить?
Чтоб зимою не болеть,

На улице надо петь?
И от гриппа, от ангины
Нас спасают витамины?
Будешь кушать лук, чеснок –
Тебя простуда не найдет?
Хочешь самым крепким стать?
Сосульки начинай лизать!
Ешь побольше витаминов –
Будешь сильным и красивым?

Миша.

А теперь пора прощаться.
Всем желаю закаляться,
Не болеть и не хворать,

Физкультурниками стать.

Используемая литература: «Быть здоровыми хотим», М.Ю. Картушина.