

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ СИРОТ И ДЕТЕЙ,
ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ЕСАУЛОВСКИЙ ДЕТСКИЙ ДОМ».
662518 Красноярский край, Березовский район, с. Есаулово,
ул. Просвещения д.7, Телефон (факс): 8(39175) 9-32-83
E mail sta@esauldom.ru ОКОГУ 23280
ОГРН 1022400557541 ИНН/КПП 2404000793/240401001

Конспект открытого занятия
«Вредные и полезные привычки».

Подготовила
педагог группы « Радуга»
Мартынова
Людмила Васильевна

Есаулово 2018г.

Тема: «Полезные и вредные привычки» из цикла занятий по здоровьесбережению для воспитанников младшего школьного возраста.

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- воспитывать у детей отрицательное отношение ко всем вредным привычкам.
- способствовать развитию взаимоотношений в коллективе.
- закрепление представлений о полезных и вредных привычках.

Оформление и оборудование:

- мяч
- мультимедийный проектор
- доска
- раздаточный материал 2 белых листочка, (картинки)
- цветные карандаши

Ход занятия.

Организационный момент.

I. Сообщение темы занятия и постановка цели.

Воспитатель

Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами встретились, чтобы поговорить о привычках и определить, какие привычки нужны человеку, а какие нет.

Девизом нашего занятия будут слова:

«Чтоб здоровыми нам быть,

Надо правильно нам жить!

С хорошими привычками

Мы будем все дружить!».

А помогать нам сегодня будет доктор Айболит.

Ребята, какое у вас настроение? Если хорошее, то руки в стороны, если грустное, то ладошки вместе. По моему счету 1-2-3, настроение покажи.

Молодцы! Я очень рада, что у вас хорошее настроение.

II. Актуализация знаний о здоровом образе жизни, применение знаний при выполнении заданий.

Ребята, а что такое привычка? Я предлагаю вам закончить предложение.

Привычка-это..... (ответы детей)

А вот точное определение слова «привычка» можно узнать в толковом словаре

Даля:

Привычка - это поведение, ставшее в жизни обычным и постоянным.

Привычки бывают полезными и вредными.

1. Игра с мячом «Полеза», «Вред».

А почему одни из привычек называют полезными, а другие вредными?

У меня есть мячик, который поможет нам разобраться, как привычки влияют на здоровье человека. Если она не вредит здоровью, то ловите мяч и говорите «польза», а если наоборот, то говорите «вред». Когда ответите, мяч перекиньте мне..

- Делать зарядку (польза),
- Поздно ложиться спать (вред),
- Есть овощи (польза),
- Долго сидеть за компьютером (вред),
- Чистить зубы два раза в день (польза),
- Кататься на велосипеде (польза),
- курить (вред)
- Целый день смотреть телевизор (вред),
- Есть много сладкого (вред),
- Закаляться (польза),
- Читать лёжа книгу (вред),
- Заниматься спортом (польза)

Молодцы, что вы сделали правильный выбор.

2. Планеты

Ребята, Айболит в свой телескоп увидел в нашей Вселенной две странные планеты. Одна из них «Планета полезных привычек», а другая «Планета вредных

привычек». Подумайте, почему их так называли, и какие привычки там можно встретить?

Жители этих планет очень гостеприимные и приглашают к себе в гости. Но чтобы попасть на Планету полезных привычек нужно трудиться, работать над собой, постоянно тренироваться. Зато в награду ты получишь крепкое здоровье, хорошее настроение, уважение людей. А вот на Планету вредных привычек попасть совсем не сложно. Но те, кто туда попадет, станет больным, у него всегда будет плохое настроение, и никто с ним не захочет дружить.

Кто бы хотел посетить планету полезных привычек, а кто другую планету? А почему нас не привлекает планета вредных привычек?

Есть особенно вредные привычки, которые не только портят здоровье, но и сокращают жизнь. Ребята, вы знаете, что это за привычки?

3. Практическая часть

От сигарет в первую очередь страдают легкие человека. Ребята предлагаю вам провести простой эксперимент: возьмите по два листочка, внимательно их рассмотрите – это здоровые лёгкие. Что же происходит с лёгкими у курящего человека? Сомните один лист, расправьте и сравните его с другим листом. У курильщика лёгкие становятся дряблыми, вялыми – примерно такими, как смятый листочек, а у некурящего лёгкие здоровые, примерно такие, как гладкий листочек. Я, думаю вам и так ясно, какие лёгкие будут работать лучше и снабжать организм человека кислородом.

Физминутка

Вот мы руки развели,

Словно удивились.

И друг другу до земли

В пояс поклонились!

Наклонились, выпрямились,

Наклонились, выпрямились,

Ниже, ниже не ленись,

Поклонись и улыбнись.

4.«Зажги «светофор здоровья»

Давайте мы с вами сейчас зажжем светофор здоровья. Перед вами лежат листики, на которых нарисованы различные увлечения и около каждого увлечения есть кружок, который вы должны раскрасить.

Зеленый кружок – то, что помогает вести человеку здоровый образ жизни.

Желтый кружок – то, к чему нужно относиться осторожно.

Красный кружок – то, что здоровью вредит.

Подводятся итоги

Ребята, я сейчас задам проблемный вопрос, который возможно у вас вызовет некоторые затруднения при ответе, поэтому отвечать мы будем вместе, я вам помогу.

5. Ребята, давайте подумаем, зачем нужны полезные привычки.

1. Желание быть здоровым.
2. Требуется обществу жить по правилам.
3. Чтобы тебя уважали, любили.
4. Помогают стать человеку культурным, воспитанным, образованным.
5. Чтобы было много друзей.

Подведение итогов.

Воспитатель:

Я рада, что вы не только сами смогли разобраться в привычках, но ещё помогли жителям планеты. Спасибо за работу. Похлопаем друг другу.

Дата _____

Подпись _____



