

Всероссийский конкурс для воспитателей «Здоровый я — здоровая страна», в рамках Национальной стратегии здоровьесбережения

Тематическая беседа, посвященная здоровьесбережению детей младшего дошкольного возраста «Наши друзья – овощи и фрукты!» (примерный сценарий)

Составитель: Гусарова Наталья Ивановна, воспитатель первой категории дошкольное образование, ГБОУ город Москва, город Зеленограда, Школа № 853, корпус 922А.

Цель: расширить элементарные представления детей о фруктах, овощах, витаминах в целом и заложить в дошкольниках основы здоровьесбережения.

Актуальность: здоровье человека это, без преувеличения, самое ценное, что у него есть. Без здоровья нет насыщенной жизни, нет самореализации. В современном мире все большую популярность приобретают здоровые привычки, а именно внимание людей к тому, что мы едим, когда мы едим, как отдыхаем, как закаливаем организм. Формирование привычек здорового образа жизни необходимо начинать с самых юных лет, только в этом случае мы получим детей, нацеленных на сохранение и поддержание своего здоровья, что позволит им в дальнейшем стать более успешными взрослыми.

Задачи:

1. Формирование у детей младшего дошкольного возраста первичных представлений о здоровьесбережении;
2. Развитие у детей младшего дошкольного возраста представлений о фруктах, овощах, витаминах;
3. Поддержание положительной атмосферы в группе.

Участники: дети младшего дошкольного возраста, педагог.

Используемые материалы и оборудование: магнитная доска, плакат «Здоровье», карточки с изображением фруктов и овощей, муляжи фруктов и овощей в корзинках, стол, стулья по количеству участников.

Ожидаемые результаты: у детей заложены основы для понимания и развития понятий «здоровьесбережение», «витамины», «здоровый образ жизни»; дети знают и называют разные виды овощей и фруктов, могут дать их краткое словесное описание.

Предварительная работа: внести в развивающую предметно-пространственную среду группы тематические картинки по планируемой теме беседы, муляжи фруктов и овощей для самостоятельной детской игры, детские книжки про витамины и ЗОЖ.

Ход беседы:

Педагог готовит стол, стулья, доску и прочие материалы.

Педагог: ребята, занимайте свои места, сегодня у нас с вами очень интересная беседа!

Дети: рассаживаются по стульчикам.

Педагог: ребята, хотите узнать, что значит «беречь здоровье», а еще, что такое «витамины»?

Дети: да, хотим

Педагог: на столе у нас корзинки, а что в них лежит, скажите, пожалуйста?

Дети: овощи, фрукты

Педагог: верно, но посмотрите, кто-то перепутал содержимое корзинок, давайте мы разложим их правильно, в зеленую овощи, а в оранжевую фрукты! Только обязательно скажите вслух, какой овощ или фрукт вы складываете в корзинку.

Дети: раскладывают муляжи по корзинкам, проговаривая название вслух (прим: это кукуруза, ее в зеленую корзинку)

Педагог: ребята, вы молодцы, отлично все разложили. А теперь скажите, для чего нам нужны овощи и фрукты? (берет в руки овощ/фрукт из корзинки демонстрирует детям)

Дети: чтобы их кушать

Педагог: да, верно. А что будет, если станем чаще кушать овощи и фрукты? (указывает на картинки на доске)

Дети: мы будем здоровые

Педагог: да, верно, если постоянно кушать овощи и фрукты, то мы сэкономим свое здоровье. А кто знает, что находится в овощах и фруктах? (указывает на плакат)

Дети: витамины

Педагог: да, все верно, овощи и фрукты — это источник полезных веществ и витаминов, а витамины — это наши помощники в сохранении здоровья.

Педагог: ребята, вы большие молодцы, отлично разобрались с овощами и фруктами, а сейчас давайте сделаем небольшую гимнастику.

Проводится физкультминутка согласно картотеке

Итог беседы:

Педагог: ребята, сегодня мы с вами узнали, что витамины это...?

Дети: помощники человека!

Педагог: а для чего нужны витамины?

Дети: чтобы не болеть и быть здоровыми!

Педагог: а где находятся витамины?

Дети: в овощах и фруктах

Педагог: совершенно верно, вы молодцы! Давайте будем беречь свое здоровье и правильно питаться.

Конец беседы.

Фото:



