

МБДОУ детский сад “Росток” р.п. Пачелма филиал “Солнышко”

**Мастер - класс на тему:
"Формирование у детей валеологической
культуры в процессе игры."**



Подготовила воспитатель:
Лебедева И.А.

р.п. Пачелма 2022г

Здравствуйте, уважаемые педагоги!

Сегодня я приглашаю Вас на мастер - класс с детьми на тему “Формирование у детей валеологической культуры в процессе игры”.

Проблема сохранения здоровья является одной из значимых в жизни человека. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируется уже в дошкольном возрасте. Если мы научим детей с самого раннего детства ценить, беречь и укреплять своё здоровье, то можно надеяться, что будущее поколение будет здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально и духовно.

Наша задача - научить ребёнка понимать, сколь ценно здоровье человека и как важно стремиться здоровому образу жизни.

В этом нам помогает наука - валеология (это наука о здоровье).

Валеология ставит своей целью обучение детей основным гигиеническим правилам:

- Укрепление здоровья и развитие навыков ЗОЖ;
- Активный труд;
- Закаливание;
- Рациональное питание и отдых;
- Занятие физической культурой;
- Личная гигиена.

Игра является основным видом деятельности ребёнка. Наша задача в игровой форме научить детей заботиться о своём здоровье. В этом нам помогут валеологические игры.

В процессе валеологических игр дети:

- Познают мир, знакомятся с элементарными знаниями строения тела человека, внешними органами.
- С основами оказания первой помощи при травмах;
- С основами безопасного поведения;
- Приобретают навыки сохранения и укрепления здоровья;
- Приобретают культурно-гигиенические навыки;
- Учатся относиться к другим, как к самому себе;
- Способствуют развитию творческих способностей;
- Формируют произвольное мышление\внимание\память\воображение;
- Позволяют снять у ребёнка стресс, помогают выразить свои чувства и эмоции;

Валеологические игры находятся в тесной связи с развитием речи и мышлением ребёнка.

Дети заходят в зал.

Воспитатель: Посмотрите сколько у нас гостей, давайте поприветствуем их.

Валеологическая распевка “Доброе утро!”.



Доброе утро! (поворачиваются друг к другу) Улыбнись скорее! (разводят руки в стороны) И сегодня весь день будет веселее (хлопают в ладоши) Мы погладим лобик, носик и щечки. (выполняют движения по тексту) Будем мы красивыми, (постепенно поднимают руки вверх, "фонарики") Как в саду цветочки! Разотрем ладошки (движения по тексту) Сильнее, сильнее! А теперь похлопаем Смелее, смелее! Ушки мы теперь потрем (потирают ушки) И здоровье сбережем. (разводят руки в стороны) Улыбнемся снова, Будьте все здоровы!

Воспитатель: Ребята, что же нужно делать, чтобы быть здоровым, сильным, ловким?

Дети: Делать зарядку, заниматься спортом, закаляться, чистить зубы...

Воспитатель: Я предлагаю Вам сегодня поиграть, Вы согласны???

Дети: Да-а!

1. Интерактивная игра для детей дошкольного "Быть здоровым хорошо".



Цель: Закрепить знания детей о правилах личной гигиены.

Ход игры.

Воспитатель: Ребята, а Мойдодыр и нам оставил предметы личной гигиены. Сейчас мы проверим, хорошо ли Вы их знаете!

2. Игра "Чудесный мешочек"



Цель: Формировать представление детей о предметах личной гигиены.

Описание игры: На ощупь ребёнок должен определить и назвать предмет гигиены (расческа, мыло, полотенце...). Рассказать для чего он нужен.

Воспитатель: Молодцы, ребята! А Вы помните, что доктор приписал больному мальчику?

Дети: Витамины!

Воспитатель: А в каких продуктах содержатся витамины?

Дети: В овощах\фруктах.

Воспитатель: Я предлагаю Вам поиграть в игру.

3. Игра “Овощи и фрукты”.



Цель: Формировать умение детей определять и раскладывать овощи и фрукты по разным корзинам.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Сейчас я посмотрю, как Вы справитесь с четвёртым заданием!

4. Игра “Картинки - половинки”.



Цель: Найти и соединить части картинки, чтобы получить целый предмет (овощи\фрукты).

Воспитатель: Давайте с Вами немножко разомнёмся и поиграем в игру “Топаем, хлопаем”.

5. Игра “Топаем, хлопаем”.

Цель: Формировать умение детей определять хорошие и плохие поступки.

Описание игры: Дети стоят в кругу. На хорошие поступки дети говорят: “Да!” и хлопают в ладоши. А на плохие поступки говорят: “Нет!” и топают ногами.

Воспитатель: Молодцы, садитесь!

В игровой форме можно познакомить ребёнка с внешними органами (глазами, носом, ушами, ртом).

1. Посмотрите - это губы.
2. Их откроешь - это рот.
3. Как заборчик - это зубы;
4. Вся еда в него войдёт.
5. Всё язык перемешает, зубы всё пережуют, но его мы не покажем, ни к чему торчит он тут.
6. Сказку нам расскажет рот или песенку споёт.
7. Рот свой нужно полоскать, дважды чистить зубы.
8. Чтоб улыбку показать - вытирайте губы.
9. На морозе не лизать ледяные трубы.

Воспитатель: Мы с Вами познакомились с внешним органом - ртом. А что находится во рту?

Дети: Зубы.

Воспитатель: Тогда давайте поиграем с Вами ещё в одну игру.

6. Игра: “Полезные и вредные продукты для зубов

Воспитатель: Молодцы, садитесь!

В игровой форме можно познакомить ребёнка с внешними органами (глазами, носом, ушами, ртом).

1. Посмотрите - это губы.
2. Их откроешь - это рот.
3. Как заборчик - это зубы;
4. Вся еда в него войдёт.
5. Всё язык перемешает, зубы всё пережуют, но его мы не покажем, ни к чему торчит он тут.
6. Сказку нам расскажет рот или песенку споёт.
7. Рот свой нужно полоскать, дважды чистить зубы.
8. Чтоб улыбку показать - вытирайте губы.
9. На морозе не лизать ледяные трубы.

Воспитатель: Мы с Вами познакомились с внешним органом - ртом. А что находится во рту?

Дети: Зубы.

Воспитатель: Тогда давайте поиграем с Вами ещё в одну игру.

6. Игра: “Полезные и вредные продукты для зубов”.



Цель: Определить полезные и вредные продукты.

Описание игры: Два игровых поля (1. Зуб больной. 2. Зуб здоровый). Дети выбирают и раскладывают карточки с полезными и вредными продуктами на больной и здоровый зуб.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Вот и подошёл наш мастер - класс к концу. У нас впереди ещё много игр, но в них мы поиграем в следующий раз. До свидания!

Для педагогов возрастных групп подготовлена выставка дидактических пособий, игр и наглядного материала для работы с детьми по формированию у детей валеологической культуры в процессе обучения и игры.

