

Конспект

Тема: Путешествие в музей «Русская изба».

Цель: создание нормального психосоциального развития ребенка и доброжелательной обстановки. Особая роль принадлежит нравственной атмосфере, которая существует в детском саду, характеру взаимоотношений между всеми участниками образовательного процесса.

Главная задача: создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих психологический, эмоциональный комфорт.

Педагог: Ребята, у нас сегодня в детском саду «День здоровья», и поэтому говорить мы с вами будем в нашем музее о здоровье. Здоровье – главное богатство человека. Поэтому и говорим мы каждому человеку при встрече: **здравствуй**, то есть - **будь здоров!** Давайте сейчас все поздороваемся, и пожелаем друг другу здоровья.

Пословица говорит: «Здоровью цены нет». Известно: то, что бесценно, надо беречь. Издавна люди знали, как надо жить, чтобы быть здоровым.

А сейчас мы с вами пройдем по нашему музею. Здесь есть предметы нужные человеку для работы. *(Педагог предлагает детям найти знакомые предметы, нужные в работе: серп, топор, молоток, коромысло, прялки и др.)*





Первое дело – надо жить и работать размеренно. «Делу время, потехе час». Надо чередовать труд и отдых – это важно для здоровья. Так наши предки и жили. Трудились в поле, на огороде, и дома много было работы для всех. А отдыхали в праздники. *(Педагог помогает детям вспомнить праздники народного календаря)*

На каждый праздник хозяйка пекла, готовила угощение, лакомство для гостей и, конечно, для детей. *(Дети рассматривают на столе выставку «Праздничная выпечка» - каравай, колобан, колосок, колядки, рождественские пряники, тетёрки, жаворонки, птушки, лесенки; иллюстрации.)*

Использовала хозяйка для выпечки простые продукты: мука, молоко или вода, яйца, творог, красители (соки свёклы, моркови), ягоды, фрукты, овощи для начинки пирогов. Сейчас многие праздничное угощение – торты, пирожные, покупают в магазине, потому что мамам и бабушкам бывает не хватает времени что-нибудь испечь. Всегда надо внимательно читать, из чего приготовлены эти угощения.



А вот и красный угол. Давайте полюбуемся на кукол. Они одеты в старинные одежды. Одежду шили из льна, шерсти. Всё это тоже было полезно для здоровья. Такие одежды мы уже не носим, но лён и шерсть до сих пор используется для изготовления современной одежды. А вот старинную обувь валенки мы носим и сейчас. У кого есть валенки?... Их валяют, то есть делают из шерсти, они очень тёплые, удобные, помогают сохранять здоровье. А вот лапти никто не носит. Раньше ходили летом в лаптях или босиком. Учёные, врачи советуют ходить босиком дома, по земле, по травке, по камушкам. Оказывается, это очень полезно для здоровья. Кто-нибудь ходил босиком? *(Дети делятся впечатлениями, своим опытом).*

Про еду поговорим особо. Еда была простая «Щи да каша - пища наша». Готовили её в печке. Еда в печке в глиняных горшках, чугунках варилась, томилась, тушилась. Еда получалась и вкусной, и полезной. У печи сушили ягоды, грибы, яблоки, травы нужные для здоровья человека. А ещё заготавливали на зиму много овощей. Кто знает: полезны овощи для здоровья?

(Педагог предлагает перечислить названия овощей)

Посмотрите, как котик на печи разлёгся, греет лапки. Раньше, если кто-то простужался, заболел, его отправляли на печку, хорошенько прогреться, и лечили от простуды горячим молоком с мёдом.

Есть ещё одно важное правило – чтобы быть здоровым, надо много двигаться. В движении – жизнь. А сядешь, раскиснешь, по бокам развиснешь - тут и разнедужишься, заболеешь! Поэтому не надо много сидеть у телевизора, за компьютером. Лучше поиграть в подвижную игру, заняться спортом.

(Педагог приглашает детей поиграть)

Русские народные игры: «Золотые ворота», «Горелки», «Воробей и огородник».

Дети, а вы знаете такую пословицу: «В здоровом теле – здоровый дух»? (ответы детей). Вот и наши предки всегда задумывались о том, чтобы у людей был крепким и дух – психическое состояние. Чтобы быть психически здоровым нужно быть счастливым и никогда не унывать. Уныние мешает человеку быть счастливым (хорошо трудиться). Часто унывающий и обижающийся человек может серьезно заболеть. Уныние мешает в жизни.

А напоследок ещё народный совет: Никогда не унывай, будь весел и добр ко всем. Так и пословица говорит: «Хворь (болезнь) слёзы любит, а от веселья чахнет (пропадает)». Желаю всем здоровья! До свидания.