

Методическая разработка конспекта НОД «Берегите глаза!» (старший дошкольный возраст)

Авторы: Никулина Т. Л., Колесникова М.М.

Цель: воспитывать желание у дошкольников заботиться о собственном здоровье

Задачи: воспитывать сознательное отношение к здравоохранению; дать знания о важности зрения для человека и необходимости беречь глаза; познакомить со способом снятия усталости глаз с помощью чайной заварки; развивать воображение, память мышления, внимание.

Материалы: изображение Незнайки (Буратино, Хрюши или другого героя, используемого Вами на занятиях) с «больными» глазами – красными, припухшими, и такое же изображение Незнайка со здоровыми глазами; таблица «Как устроены наши глаза», картинка «У страха глаза велики», на которой изображены сказочные звери, один из них сильно напуган; блюдца для заварки каждого ребенка, ватные диски, свежая холодная чайная заварка; аудиозапись музыки для релаксации; карточки «Что полезно, что вредно для глаз?» на каждого ребенка, красные карандаши.

Ход НОД

Воспитатель: Ребята, сегодня утром я встретила возле детского сада нашего знакомого – Незнайку (дети здороваются). Посмотрите, что случилось с его глазами (покраснели, болят). Я пригласила Незнайку к нам, чтобы помочь ему в беде. Давайте расскажем Незнайке, что мы знаем об глазах, о том, как о них заботится, что делать, если заболели. Согласны?

Воспитатель: Незнайка, а ты знаешь, как устроены наши глаза?

Незнайка: А что тут знать? Глаза они и есть!

Воспитатель: А вот наши ребята знают! Кто хочет рассказать и показать на таблице, как устроены глаза? (Ребенок по таблице рассказывает и показывает: брови и ресницы защищают глаза от пыли, ветра и яркого солнца, веки при моргании смачивают глаза слезой и тоже защищают их, зрачком мы видим, радужная оболочка у людей разного цвета).

Воспитатель: Как назвать человека, у которого синие глаза (синеглазый), а серые? (карие, черные, зеленые – словообразование). Посмотрите в глаза друг друга и определите – какого цвета радужная оболочка у вашего соседа. Хорошо или плохо, что у всех разные глаза? Что было бы, если у всех были глаза одного цвета?

Воспитатель: Незнайка, а ты знаешь, зачем нужны глаза?

Незнайка: Конечно, знаю! Для красоты...

Воспитатель: А вы, ребята, думаете? (видеть друг друга, читать, играть в компьютерные игры, смотреть телевизор, рисовать, играть, любоваться природой и т.д.).

На сборочном полотне воспитатель ставит кружки за каждый правильный ответ.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Посмотри, Незнайка, как многие дети назвали слова. Недаром в народе издавна существуют поговорки и меткие изречения о глазах.

Воспитатель показывает картинку: «У страха глаза велики». Как вы думаете, кто из нарисованных здесь зверушек напуган, боится чего? Как вы догадались? Какие еще вы знаете поговорки об глазах? (глаз-алмаз; звездный сокол; глаза по ложке, но не видят ни крошки; лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать; береги как зрачок глаза своего; глаза - зеркало души).
Воспитатель: Незнайка, а что случилось с твоими глазами, почему они заболели?

Незнайка: Сам не знаю. Ничего особенного не произошло. Вчера я смотрел телевизор, даже обедал у телевизора. Сначала смотрел мультфильмы, лежа на диване, а потом сел поближе к телевизору, чтобы все как следует рассмотреть, и смотрел сказку, потом «Новости», потом рекламу, а потом не помню что – все в голове перепуталось. Тогда я решил отдохнуть и поиграть в свою любимую компьютерную игру, но тут у меня в глазах вдруг потемнело, и я даже не смог перейти на новый уровень.

Воспитатель: Что ты наделал Незнайка! Разве ты не знаешь, что так нельзя смотреть телевизор?

Незнайка: А как же можно? Разве есть какие-то правила?

Воспитатель: Конечно! Ребята, кто расскажет Незнайке, какие правила нужно придерживаться при просмотре телевизора и во время компьютерных игр, чтобы не повредить глаза?

Дети рассказывают, что нельзя долго смотреть телевизор, лежа слишком близко, во время рекламы дать глазам отдохнуть, сделать гимнастику для глаз. Эти же правила относятся и к компьютерным играм.

Физкультурная пауза.

Дети показывают Незнайку гимнастику для глаз (1 упр. – «Жмурки», 2 упр. – «Любознательные глазки», 3 упр. – «Карусельки», «Мальчик с пальчик», «Зоркий сокол»).

Незнайка: Спасибо! Теперь я буду смотреть телевизор правильно.

Но послушайте, что было дальше. Я вышел на улицу, день был ясный, я так обрадовался солнцу, что долго смотрел на него, любовался, как блестит снег вокруг. Мои глаза стали болеть и слезиться, а когда я посмотрел на себя в зеркало, я увидел, что они покраснели и припухли.

Воспитатель: Незнайка, ты допустил еще одну ошибку. Послушай меня внимательно, и вы ребята, так что запомните: настал первый месяц весны...(дети - март). Солнце все чаще выглядывает из-за туч, греет все сильнее и светит все ярче. Казалось бы, радоваться надо, но вот беда: у некоторых от яркого весеннего солнца болят глаза, веки опухают, слезы текут, вокруг радужной оболочки появляется покраснение. (Вот как у Незнайки.) Как помочь себе и близким, если глаза с солнцем «поругались»? Средство простое – чай. Надо взять чистое блюдце и процедить в него немного чайной заварки. Затем смочить в блюдце два кусочка ваты и положить на закрытые глаза. Посидеть или пролежать 5 минут. И вы сразу почувствуете, что боль утихла, слезы исчезли, краски вокруг стали ярче.

Воспитатель: Давайте с вами попробуем с помощью чайной заварки освежить наши глаза, снять усталость.

Упражнение «Процедура для глаз»

Воспитатель еще раз указывает на ребенка, объясняет, что делать, дети выполняют самостоятельно. Во время процедуры звучит музыка, воспитатель изменяет изображение Незнайки. После процедуры:

Воспитатель: Посмотрите друг на друга – правда, глаза стали более яркими, блестящими? А вы заметили, что все вокруг стало ярче, свежее? Это потому, что глаза отдохнули, стали лучше видеть. Посмотрите на Незнайку: дети замечают, что чайная заварка помогла и Незнайке. А что вы представляли, когда с закрытыми глазами слушали музыку? (2-3 ответа детей.) А теперь давайте еще раз проверим ваши знания о глазах.

Игра «Полезно – вредно!»

Воспитатель: У вас есть карты с картинками. На одних картинках нарисовано то, что полезно для глаз, а на других, что вредно. Зачеркните красным карандашом, что, по-вашему, вредно для глаз. (После выполнения задания воспитатель спрашивает нескольких детей, почему они зачеркнули картинки).

Воспитатель: Ну что ж Незнайка, нам пора прощаться. Наше занятие заканчивается. Ребята, чему мы научились сегодня вместе с Незнайкой? (ответы).

Незнайка: Спасибо, ребята! Теперь я многое знаю о глазах и о том, как нужно о них заботиться. Спасибо, ребята за помощь. Побегу расскажу друзьям о том, что сегодня узнал от вас. До свидания!