

«НОД по познавательному развитию "Если сладко спиться, сон хороший снится»

Программное содержание:

1. Дать детям понятие о сне;
2. Показать значение сна в жизни человека;
3. Объяснить детям физиологию сна;
4. Ознакомить с основными гигиеническими правилами сна.
5. Развивать гигиенические навыки и умения детей.
6. Воспитывать в себе чувство ответственности, чтоб не нарушать режим дня.
7. Активизация словаря: Дремушка, прищепки, кувшин.

Предварительная работа:

1. Знакомство с постельными принадлежностями.
2. Посещение прачечной в детском саду.
3. Выставка детских рисунков "Волшебные сны".
4. Игры детей с куклами.
5. Подбор народных колыбельных песен: "Спят усталые игрушки" (сл. З.Петровой, муз. А.Островского)

Оборудования:

Опорные схемы "Гигиена сна", иллюстрированные картинками с туалетными принадлежностями, детские кровати, куклы, постельные принадлежности, аудиокассеты, художественные книжки.

Методические приёмы:

1. Сюрпризный момент;
2. Выставка гигиенических принадлежностей;
3. Стихи; (С. Маршак "Вот тебе под спинку", "Колыбельная", В. Нестерёнок "Хитрая подушка", Ф. Пестряков "За окном шумят метели"
4. Проблемная ситуация "Гигиена сна"
5. Физминутка;
6. Игры;
7. Отгадывания загадок;
8. Итог.

Ход занятия

В комнате стоят кукольные кровати, на которых лежат постельные принадлежности, сшитые руками родителей. Звучит спокойная мелодия, дети с игрушками заходят в зал.

- Он на цыпочках приходит и на цыпочках уходит.

У кого закрыты глазки, тем рассказывает сказки.

Ребята, как вы думаете, о ком эта загадка? (Сон)

Правильно, это загадка о сне.

В комнату заходит Дремушка. (идет на цепочках, осторожно)

Ведущий:

Тихо – тихо, в наши двери входит - Дремушка,
Не аукать, не кричать, а баюкать и качать.

Тихон песенку поет, сны ребятам раздает:

Дремушка:

“В этом сне – воздушный шарик, в этом сне – собака Шарик.
В этом – голуби летят, в этом – дети спать хотят”.

Дремушка:

Здравствуйте, мои милые друзья! Я каждый вечер прихожу в ваши дома,
неслышно, не видно. Но в некоторых домах мне не хочется долго
задерживаться.

Как вы думаете, почему? (громко играет музыка, члены семьи по
телевизору смотрят страшные фильмы, капризничают и громко
разговаривают дети и т.д.)

Дремушка:

Как вы думаете, в каких квартирах по вечерам перед сном мне комфортно
и уютно?

Ребенок:

Я умею на кровати простыню расправить гладко.

И у скомканной подушки кулачком задвинуть ушки.

(Подходит к кровати и согласно тексту выполняет движения, кладет
в кровать “спать” свою игрушку)

Ребенок:

(с игрушечной кошкой, читает строчки стихотворения и выполняет
действия, согласно тексту)

Вот тебе под спинку, мягкую перинку.... Сверху на перинку – чистую
простынку.

Вот тебе под ушки – белые подушки,

Одеяло на пуху и платочек наверху..... С. Маршак

Звучит песня “Спят усталые игрушки”, дети подпевают, покачивая
свои игрушки.

Ребенок:

Так привыкли мы к порядку: ровно девять!

Все в кровать. На бочок и молчок.

(Дети укладывают спать в кровати свои игрушки)

Ребенок:

Наши детки, наши детки, крепко спят.

Наши детки, наши детки, потихонечку сонят.

Дремушка:

Ребята, расскажите и покажите, что вы делаете каждый вечер перед сном.

Дети по очереди показывают имитирующие движения, остальные
повторяют:

чистят зубы; полощут рот; моют ноги; одевают пижаму.

Дремушка:

Ребята, перед сном обязательно нужно проветрить комнату, где вы будите спать, нужно, чтобы к вам в комнату залетел свежий ветерок.

Дремушка проводит с детьми физминутку:

С бугорка на бугорок ловко прыгал ветерок – прыжки на мете то на правой ноге, то на левой

По дорожке он бежал - бег по кругу (на месте).

В лужу весело упал - лечь на спину, упражнение “жуки”

Только вовсе не намок этот ловкий ветерок. – хлопки в ладоши.

Игры

1. “Кто быстрее наденет на подушку наволочку”
2. “Готовимся ко сну” - с одного столика на другой переносим только те предметы, которые нам нужны перед сном (зубная паста, карандаши, пижама, банты, расческа, кувшин с водой, мыло, полотенце, прищепки, ложка и т.д.)
3. Стихи и ситуации.

Темы

1 часть стихотворения

1 половина задания

2 часть стихотворения

2 половина задания

Гигиена сна

Всем пора ложиться спать, ждет уютная кровать.

Мама с папою зевают,

рот ладошкой прикрывают.

Выключают верхний свет, мне причин бояться нет!

Прочитать строчки стихотворения.

Как дети готовятся ко сну?

Бывает ли им страшно оставаться одним в сальной комнате?

Посажу в дверях щенка, вход пусть стережет пока.

Мишка, зайка на ночь спать

улеглись в мою кровать.

Спят уже все, лишь я не сплю, темноту я стерегу.

Что можно посоветовать детям, которые боятся темноты?

Дети читают стихи:

"Колыбельная"

Стали звездочки ясней – засыпай-ка поскорей!

Может быть, тебе приснится яркое перо жар-птицы,

Или аленький цветочек, иль конечек-горбунок.

В темном небе месяц светит, словно цветик-семицветик,

Звездный хор поет: “Бай-бай! Спи, Танюша, засыпай!”

"Хитрая подушка"

Просит вечером подушка: - Положи меня под ушко.

Очень хочется, Антон, посмотреть твой первый сон. В. Нестеренок

"За окном шумят метели"

За окном шумят метели...

За окном шумят метели, горы снега намело.

А в кроватке, на постели, так уютно, так тепло. Ф. Пестряков

Звучит спокойная музыка, детям предлагают закрыть глаза и послушать музыку.

Через некоторое время дети открывают глаза.

Ведущий: к сожалению, наша встреча подошла к концу.