

План-конспект ООД по образовательной области «Познавательное развитие» на тему: «Курить – здоровью вредить»

Программное содержание:

- закрепление знаний детей о культурно гигиенических навыках, о привычках хороших и плохих;
- формирование отрицательного отношения к курению.
- уточнить представления детей о вреде курения, его отрицательным влиянием на организм человека;
- учить находить правильный выход из различных жизненных ситуаций;
- развивать мышление, речь, память;
- пропагандировать здоровый образ жизни.

Демонстрационный материал: изображения фотографий со здоровыми легкими и с легкими курильщика; рисунки о вреде курения.

Раздаточный материал: цветные карандаши, бумага.

Предварительная работа: рассматривание картинок с изображением органов здорового человека; картинки с изображением органов человека, который курит.

Ход занятия:

Воспитатель: Здравствуйте, ребята. Какие вы все красивые, радостные, а значит, здоровые. А кто знает, что нужно делать, чтобы всегда оставаться такими?

Дети: Делать зарядку, есть овощи и фрукты, чистить зубы и т. д.



Воспитатель: Сейчас, отгадайте загадку: Что ни за какие деньги не купишь? (Здоровье). Предлагаю детям под музыку продемонстрировать упражнения утренней гимнастики.

Воспитатель: А вы все имеете эти хорошие привычки. (ответы детей)

Воспитатель: Это мы сейчас проверим. Хотите поиграть в игру «Хорошо – плохо»? Я буду задавать вопросы, а вы, если со мной не согласны топайте ногами, если согласны, хлопайте в ладоши.

Игра «Хорошо – плохо»

Чтобы сохранить здоровье надо:

- Делать утреннюю зарядку каждый день.
- Целый день смотреть телевизор.
- Ходить в грязной одежде и обуви.
 - Кушать овощи и фрукты.
 - Есть много сладостей.
- Играть в подвижные игры.
- Не мыть руки перед едой.
- Дышать свежим воздухом.
- Чистить зубы два раза в день.
 - Пользоваться салфеткой.

- *Есть невымытые фрукты*
- *Всегда мыть руки с мылом.*
- *Соблюдать режим дня.*



Воспитатель: Ребята, а еще какие вредные привычки вы знаете? (вытирать об себя грязные руки, вытирать рот рукавом, сидеть за столом сгорбившись, ковырять в носу, разбрасывать вещи, не мыть руки после туалета, есть невымытые фрукты и т. д.)

Воспитатель: Ребята, вы назвали очень много вредных привычек. От них обязательно нужно избавляться.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, у взрослых бывают вредные привычки?

Дети: Бывают.

Воспитатель: Да, вы правы. И от взрослых вредных привычек избавиться очень трудно.

Сегодня мы с вами поговорим об одной из вреднейших привычек.

Я вам загадаю загадку, а вы слушайте внимательно:

Она похожа на карандаш, только белого цвета.

Кто с ней играет, тот здоровье потеряет.

Что это? (Сигарета).

Воспитатель: Правильно. А вредная привычка, связанная с сигаретой?

Дети: Курение

Воспитатель: Правильно, курение - это вредная привычка, потому что в табаке содержится очень вредное вещество – никотин.

Однажды учёные провели один опыт: в пищу воробья, голубя и мыши добавили по одной капле никотина. Воробей упал лапками вверх и умер, когда съел пищу, затем погибли голубь и мышь.

Воспитатель демонстрирует картинку с изображением легких курильщика.

Воспитатель: Какие органы вы видите на рисунке?

Дети: Лёгкие.

Воспитатель: Какого цвета лёгкие у здорового человека?

Дети: Розового.

Воспитатель: А у человека, который курит?

Дети: Чёрного цвета.

Воспитатель: Правильно. Когда человек курит, то весь яд, который находится в сигаретах, оседает на его лёгких, и они становятся чёрными, как уголь. Из-за этого курильщики всё время кашляют.



Физкультминутка

*Рано утром просыпайся (тянемся вверх)
Себе, людям улыбайся (улыбаемся друг другу)
Ты зарядкой занимайся (повороты туловища)
Обливайся, вытирайся (приседаем-встаем)
Всегда правильно питайся (движения головой)
Аккуратно одевайся (прыжок вверх)
На прогулку отправляйся (ходьба на месте).*



Воспитатель: Какие ещё органы страдают у курильщика? (сердце, мозг)



Воспитатель: Сердце курильщика работает с перебоями, разрушается нервная система. Человек не может бегать, прыгать, заниматься любимым делом. Нарушается работа мозга, притупляется память.



Воспитатель: Посмотрите, какие зубы у курильщика?

Дети: Желтые, гнилые.

Воспитатель: У курящих людей зубы приобретают желтовато – коричневый цвет – результат оседания продуктов горения табака. Зубы разрушаются, гниют. Все это сопровождается дурным запахом изо рта. Курение отрицательно сказывается и на состоянии голосовых связок. Голос приобретает хрипловатое, «прокуренное» звучание.



У курильщика плохо пахнет изо рта, от волос и от одежды.

У курящего человека, особенно у курящей женщины изменяется цвет лица – кожа становится сероватой, иногда желтоватой, с пепельным оттенком, становится

дряблой. Волосы курильщика приобретают тусклый вид, делаются ломкими, а у мужчин нередко и выпадают. Одна из причин этого – ухудшение кровотока в коже.

Ребята, если вы не хотите стать похожими на человека, которого мы сегодня видели на рисунках, то никогда не берите в руки сигареты.

А знаете, ребята, курение вредит не только тому, кто курит, ведь все, кто находится рядом с курильщиком, невольно дышат этим ядовитым табачным дымом. Их лёгкие тоже могут со временем почернеть, и они тоже будут болеть и кашлять.

Поэтому никогда не стойте рядом с курящим человеком.

Ребята, запомните мудрые слова:

Дым вокруг от сигарет,

Нам в том дыме места нет.

Воспитатель: Ребята, как вы поступите, если увидите, что рядом с вами кто-то курит? (вежливо попросим потушить сигарету, отойти подальше от курящего человека).

Ребята, я надеюсь, что вы, сделаете правильные выводы, и никогда не будете курить!

Воспитатель:

- Что вы узнали о табачном дыме?

- А можно ли курить?

- Почему нельзя?

Воспитатель: Курение – это привычка, наносящая огромный вред здоровью. Когда человек курит, образуется дым. Дым состоит из множества вредных веществ. Ученые установили, что извлеченный из 5 сигарет никотин убивает кролика, а из 100 – лошадь. Курить и дышать табачным дымом опасно для вашего здоровья.

Воспитатель: Ребята, а сейчас, пожалуйста, расскажите мне, что вам больше всего запомнилось из сегодняшнего занятия. Расскажите об этом своим родителям, своим друзьям.

Воспитатель: Ребята, а сейчас, пожалуйста, расскажите мне, что вам больше всего запомнилось из сегодняшнего занятия. Расскажите об этом своим родителям, своим друзьям.

Помните:

Курение приводит к неизлечимым болезням сердца, легких, печени, желудка.

Курение снижает физическую активность.

Курение портит цвет кожи.

Курение разрушает организм.

Человек становится рабом сигареты. Никотин забирает свободу.