

Государственное бюджетное образовательное учреждение Ненецкого автономного округа «Детский сад п. Красное»

Конспект занятия  
По родному краю  
Для дошкольников подготовительной к школе группы

Образовательная деятельность:  
Познавательное развитие, Развитие речи

**«Бабушкина аптека»**

Подготовил воспитатель  
Выучейская Александра Алексеевна

28.09.2022

## Тема: «Бабушкина аптека»

Цель: познакомить детей с народными способами лечения

Задачи: Дать представление о том, как относятся к здоровью в тундре, о том, что составные части здоровья – это здоровье тела, здоровье души, здоровье духа. Познакомить детей с народными способами лечения.

Интеграция образовательных областей: позн-е развитие, речевое развитие, физ-е развитие

План:

- 1 Беседа о лекарственных растениях
- 2 Физминутка
- 3 Загадки, кроссворд
- 4 Пословицы о здоровье
- 5 Чтение сказки «Голубика»
- 6 Итог.

Ход занятия:

### 1 Беседа о лекарственных растениях

- Издавна в народе лечились травами, ягодами, корешками, которые припасли для нас тундра, лес. Но помните – лечение травами требует знаний. Вот поэтому лечением с помощью трав занимаются пожилые люди.

Бабушки лечили по старинным ненецким рецептам (демонстрируется наглядный материал). Каждая болезнь лечится определенной травкой. Н-р: на рану клали мох сфагнум, ожог лечили гусиным жиром, кашель лечили чашелистиками морошки. Если заболит желудок, то пили чай из чаги. А если устанут глаза, принимали ягоды черники. Собирали смолу с лиственниц, которую жевали, чтобы зубы были здоровыми и белыми. Весной собирали набухшие почки берёзы, которые помогают при болях в суставах.

- Люди знали, как надо жить, чтобы быть здоровым. В тундре нет больниц, врачей, поэтому надо бережно относиться к своему здоровью. Есть много правил здорового образа жизни, перечислите их: правильное питание, свежий воздух, физические нагрузки, режим дня, полноценный отдых, отказ от вредных привычек.

У оленеводов есть свои правила, чтобы быть здоровыми:

первое правило – надо жить и работать размеренно, то есть чередовать труд и отдых, чтобы не надорваться. Полезно жить по солнышку: вовремя ложиться и рано вставать.

Второе правило – важна чистота тела, и чистота души. Это значит, в чуме, возле чума должен быть порядок, все должны быть опрятно одеты, умыты. Надо ещё беречь чистоту в душе, не марать её злыми мыслями и делами.

Третье правило – надо жить в ладу с природой и погодой, ведь оленеводы почти всё время находятся в пути, в дороге. Поэтому они хорошо знают это правило.

Четвёртое правило – Будь умерен в еде, то есть нужно правильно питаться, не переедать и есть здоровую пищу.

Пятое правило – Чтобы быть здоровым, надо много двигаться. Оленеводам приходится много бегать за оленями, когда их ловят. И мы с вами тоже занимаемся физкультурой и спортом и тогда будем меньше болеть.

## 2 Физминутка

- Какое из тундровых лекарств самое вкусное? И какие есть в тундре, и в нашем лесу ягоды узнаем, если угадаем кроссворд. А кроссворд будет разгадывать по загадкам.

## 3 Загадки, кроссворд

1 Лежат на кочках кусочки янтаря. В рот положишь, тут же растают  
(морошка)

Летом в красное или желтое сукно одетая, на одной ножке стоит (морошка)

2 Десять чёрных бусинок на одной веточке сидят (черника)

3 Цвет моих ягод помогает узнать, запомнить и знать моё название. Кто же я?  
(Голубика)

4 Этот кустарничек не сбрасывает листья и поэтому под снегом остается зеленым. Ягоды мороза не боятся (брусника)

5 Две сестрицы летом зеленые. К осени одна краснеет, другая чернеет  
(Смородина)

- Наши северные ягоды очень вкусные, а главная их польза в том, что они содержат очень много витаминов, которые помогают не только справиться с болезнями, но и предотвратить их.

#### 4 Пословицы о здоровье:

1 Самое лучшее лекарство – бережное отношение к себе. Если сам себя не сбережёшь – обязательно заболеешь.

2 Долго не спи, всю жизнь проспичь. Много спать – мало жить.

3 Чистота и здоровье – лучшие друзья.

4 Певучего человека беда обойдёт стороной

5 Солнце, вода и дыхание земли спасут тебя от любой опасности

6 Когда садишься есть – не наедайся до отвала: живот то насытится, а глаза не насытятся никогда.

#### 5 Чтение сказки «Голубика» (с. 40)

7 Итог занятия: Здоровье – главное богатство человека. Поэтому и говорим мы каждому человеку при встрече: здравствуй, будь здоров! Ведь было бы здоровье, а счастье найдём.

#### Литература:

Тайбарей С.В. Методическое пособие к учебной программе «Как живут дети в тундре»