**Конспект интегрированного занятия по здоровосбережению**

**«Волшебная страна – ЗДОРОВЬЕ!»**

Подготовил воспитатель МБДОУ Детский сад № 1 пгт Кесова Гора Виноградова Н.И.

**Цель:** Закрепить знание детей о здоровье, как ценности, о которой необходимо постоянно заботиться.

**Задачи:**

1.Развивать желание у детей заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

2.Учить выделять признаки здорового человека.

3.Формировать у детей умение рассуждать на заданную тему, логически правильно излагать свои мысли, используя простые и сложные предложения.

4.Продолжать расширять знание детей о здоровой и вредной пище, воздействующей на организм человека.

5.Закреплять знание детей о правилах личной гигиены.

6.Вызвать у детей эмоциональный отклик на занятие.

**Предварительная работа**: ежедневные гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, чтение литературы по данной теме, разучивание физкультминуток, стихотворений.

**Материалы используемые для занятия**: использование проектора, шары воздушные, цветок «Здоровья», дидактическая игра «Лабиринт», емкости с теплой и холодной водой, «Волшебная тарелка Здоровья», клей, макеты здоровой пищи.

**Ход занятия.**

**В-ль:** Здравствуйте дорогие гости, и ребята! Желаю Вам всем крепкого здоровья! А мне хочется знать: «Все ли здесь здоровы»?

**Дети:** ДА!

**В-ль**: Я рада за Вас, что у Вас все отлично, что Вы все здоровы, дружные.

**Б.:** Ой-ой-ой, ай-ай-ай! Ой-ой-ой, ай-ай-ай! (вбегает Болей-ка, и одной рукой держится за голову, перевязан зуб, другой рукой держится за живот, стонет). Ой-ой-ой, ай-ай-ай!

**В-ль:** ребята, кто это? Тебя как зовут?

**Б.:** Болей-ка.

**В-ль:** Здравствуй Болей-ка, что с тобой случилось, почему ты такой печальный.

**Б.:** Со мной приключилась большая беда

Мороженное ела я много всегда-

И вот какая картина…

Ко мне привязалась ангина,

И кашель, и насморк меня одолели,

И зубы болят у меня всю неделю! (кашляет)

**В-ль:** Да Болей-ка, у тебя серьезные проблемы, но думаю мы тебе поможем! Правда ребята, поможем Болей-ке?!

Дети, как вы думаете почему у Б. болят зубы?

А почему у нее ангина, кашель, насморк?

А скажите правильно ли питается Б.?

**Д.:** ответы.

**В-ль:** Дети, а Вы видели когда нибудь микробы. Дети они бывают разные полезные и вредные. Я Вам сейчас их покажу**. (СЛАЙД № )**

Они живут в нашем организме, и чтобы полезных было больше, надо соблюдать правила гигиены. Не будь он таким вертлявым и маленьким, я бы для Вас его поймала. Посмотрите, шесть быстрых ног, три хвоста. Таков микроб, невидимый злодей. Враг нашего организма.

Вот и попала наша Болей-ка в королевство плохих микробов. **(СЛАЙД № )**

А микробов там видимо – невидимо…. И самые разные, есть микробы, которые любят грязь, от них болит живот. Есть микробы летающие по воздуху и разносят простудные болезни.

Ребята, а как же предупредить такие болезни?

(Дети отвечают: мыть руки, заниматься зарядкой, закаляться)

Молодцы!

**А давайте поиграем в игру: «Интервью»,** я буду корреспондент, а вы будете отвечать на мои вопросы. Хорошо?

1.Что такое здоровье?

2.Сколько раз в день надо чистить зубы?

3.Что надо делать, чтоб не болели зубы?

4.Когда человек простудился, каких в организме микробов больше «плохих» или «хороших»?

5.Зачем руки мыть с мылом?

6.Какая вредная или полезная пища нужна нам?

7.Зачем надо заниматься зарядкой по утрам?

Молодцы, очень хорошо! Давайте покажем Б., какие мы ловкие, умелые, здоровые.

**Физкультминутка (типа зарядки**)

Каждый день по утрам

Делаем зарядку.

Очень нравится нам

Делать по порядку.

Весело шагать, руки поднимать,

Приседать и вставать,

Бегать и скакать!

**В-ль:** Б., видишь, какие ребята здоровые?!

Нужно хотеть и уметь заботится о своем здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять. Надо соблюдать режим дня. Здоровье- это счастье! Здоровье нужно всем: детям и взрослым, и даже животным, птицам и растениям.

Дети, я предлагаю Вам отправиться в путешествие в волшебную страну «Здоровья», в которой есть «волшебный цветок здоровья», который поможет нам вылечить Б., но Б. с нами нельзя, потому как в этой стране только здоровые люди.

(звучит голос) -Раздать летательные аппараты. (детям раздают воздушные шары, они бегут по кругу).

**В-ль:** Ребята, для того чтобы получить «Волшебный цветок Здоровья», надо выполнить три задания.

**Задание №1 (СЛАЙД № )**

Дети, посмотрите на картинки, на них изображены два человечика. Одного зовут Здоровячек, а другого Балей-ка. Как Вы думаете что из них кто? И почему?

Ответы детей. (румяные щеки, крепкая стройная фигура, от занятий спортом, много гуляет на свежем воздухе, ест грязные овощи и фрукты, моет руки, знает полезные и вредные продукты для здоровья. Правильно дети. А рассмотрев другую картинку, видно полная противоположность…….

**Задание №2 дидактическая игра «Лабиринт» (СЛАЙД № )**

(игра проводится за столами, звучит музыка, детям предлагается красной линией соединить полезные продукты, а синей не полезные )

Молодцы, а почему Вы так считаете? (ответы детей)

**Физкультминутка**

Точим, точим, точим нож

Будет очень он хорош

Будем резать винегрет,

Будет вкусный наш обед.

Мы здоровье всем поправим,

Витаминами заправим.

Витамины А,В,С, есть в капусте, огурце.

В каше тоже витамины, нам они необходимы.

Кушать будем то, что нужно,

«Будь здоров»! – мы скажем дружно.

**Задание №3**

А сейчас последнее задание, я приглашаю Вас к столу. (На столе стоят две емкости с водой в одной теплая, в другой холодная вода, воспитатель предлагает опустить руки сначала в один таз и сказать какая вода (теплая или холодная). Затем тоже самое сделать с другим тазом. Давайте попеременно опускать в теплую, а потом в холодную воду, будем закалять наши ручки. Затем берет снег и водят комочком по ладоням проговаривая стихотворение.

Мы научимся ледок между пальцами катать,

Это в школе нам поможет, буквы ровные писать.

(Затем дети вытирают салфетками руки)

**В-ль:** Дети, а Вы знаете есть такая пословица «С молоду закалишься, на весь век сгодишься».

Ребятки, как Вы думаете, о чем говорится в этой пословице? Как Вы думаете для чего надо закаляться? А Вам нравиться закаляться?

Дети, посмотрите, вот и «волшебный цветок здоровья», Давайте скорей полетим к Болей-ке, что бы он понюхал его и выздоровит.

(звучит голос) -Раздать летательные аппараты. (детям раздают воздушные шары, они бегут по кругу).

**В путь!!!(дети бегут по кругу) (СЛАЙД № )**

**В-ль:** Болей-ка понюхай цветок и ты выздоровишь (Нюхает скидывает с зубов повязку и прыгает, танцует)

Смотрите дети наш Болей-ка стал Здоровячок. Давайте мы ему тоже дадим советы, как сохранить здоровья и не болеть.

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

И всегда дружить с водой.

Вот тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомните здоровье

В магазине не купить.

Дети, а давайте сделаем Здоровячку подарок, что бы он круглый год знал, как правильно питаться.

**(АППЛИКАЦИЯ)**

**З.:** Спасибо ребята, я теперь, буду выполнять все, чему Вы меня научили. А это и я Вас хочу отблагодарить (выносит фрукты и угощает детей). А сейчас мне надо идти меня ждут.

До свидание!