Интегрированное занятие по валеологии «Путешествие в Царство Теней».

**Программное содержание:** формировать у детей представления о себе, как о человеке, о работе своего организма; закрепить знания о сердце, мозге, скелете, клетках организма, о внешних и внутренних чувствах и их функциях; приобщить к ценностям здорового образа жизни.

**Предварительная работа:** рассматривание атласа «Организм человека и охрана здоровья»; блок «Кто я – образ себя» (занятия «Я – это кто?», «Я и мои помощники чувства», «Мы – мальчишки и девчонки», «Я – человек».) Блок «Моё здоровье» (занятия «Клетки», «Скелет, его защитная функция», «Сердце. Защитные функции клеток крови», «Мозг всему голова. Разведчики мозга и его охрана», «Настроение и здоровье», «Бытовой травматизм», «Здоровый образ жизни», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»).

**Материалы:** Зашифрованное письмо, карта, ковёр – самолёт, электрическая свечка или фонарик, тревожная музыка и голос злой феи, записанный на магнитофон, витамины храбрости, препятствия(ходьба по кочкам, через мост), пещера царства теней(угол зала завешен светлой тканью, на которой чёрной краской нарисована паутина с пауком, из чёрного картона вырезаны и прикреплены страшные маски, за тканью горит красный свет(светильник «бра» с красной лампочкой), в углу за стойкой спрятан младший воспитатель с витаминным чаем, тень ростом с человека из чёрного картона, загадки, сердце, нарисованное и разрезанное на части, живая вода, цветной мел, кроссворд про мозг, светлый пластилин, доски для лепки, апельсин, чеснок, яблоко, морковь, предметы для «Чудесного мешочка», музыкальные инструменты, картинки «Что перепутал художник?», картинки с эмоциями человека, ребус про скелет, вырезанные из белой бумаги части скелета, конфеты.

**Эмоциональный настрой:** поём «С добрым утром, глазки, мы проснулись!» (поглаживаем глаза и т. д. со всеми частями тела).

**Сюрпризный момент:** - Ребята, к нам в детский сад пришло зашифрованное письмо с картой, в которой указан маршрут. (воспитатель читает адрес). Дети называют первые буквы каждой картинки (петух, облако, медведь, окна, гриб, игла, телефон, ель.) Получилось слово «Помогите!» Письмо пришло из Царства Теней от И. В. – На каком виде транспорта мы поедем? (дети предлагают) Давайте полетим на сказочном виде транспорта – ковре – самолёте! (дети садятся на ковёр – самолёт). «Наш ковёр – самолёт отправляется в полёт, все садимся побыстрей – полетим в Царство Теней!»

**Погружение:** (звучит музыка) – Наш ковёр – самолёт медленно поднимается в воздух и мы летим! Мимо нас проносятся облака, ветер свистит в ушах – холодно! Птицы удивлённо провожают нас своим взглядом. Наш ковёр – самолёт снижается. Идём на посадку! Прилетели! Царство Теней – это доброе или злое Царство? А вы не боитесь? Давайте съедим витамины храбрости, чтобы мы стали смелыми и уверенно пошли в Царство Теней! (раздаёт витамины) «Сказочное времечко, времечко желанное, тихо начинается сказка долгожданная! Поведут тропиночки нас в края далёкие Через чащи тёмные и моря глубокие. Царство тридесятое чудесами славится, Но со злыми чарами мы сумеем справиться. Пусть чинят препятствия силы зла старательно, победит всё доброе в сказке обязательно».(В. Бредис) - Смотрим карту – куда идти! Впереди препятствие! Перейдём? (идём по тёмному коридору, освещая дорогу свечой или фонариком, преодолевая препятствия). «Долго – долго мы идём, и в пещеру мы войдём, Через речку и болото с вами дружно перейдём!» (подходим к залу, оформленному под пещеру – Царство Теней, на полу лежит тень заколдованного человека) Звучит тревожная музыка, хохот злой феи и голос: «Ага, пришли! Я вас тоже всех превращу в теней!!! Если вы не выполните мои задания! А если сумеете всё выполнить, то получите живую воду и оживите человека!» - Пришли в Царство Теней! А вот тень заколдованного человека, который назвал себя в письме И. В. – Слышали, что сказала злая фея: если мы выполним все задания, то получим живую воду и оживим человека! - Давайте посмотрим на карту: налево пойдёшь – главный орган найдёшь! (находим конверт с загадкой: «День и ночь стучит оно словно бы заведено Будет плохо, если вдруг прекратится этот стук!» (сердце) Дети возвращаются к тени человека и складывают из частей сердце, затем наклеивают его ближе к левой стороне. – Что мы знаем о сердце? (насос для перекачки крови, размером с кулачок; сжимаясь, оно с большой силой выталкивает из себя за один раз полстакана крови, затем снова сжимается.) - Для чего нужна человеку кровь? (она несёт по всем мышцам и органам необходимое питание и обеспечивает их энергией.) Давайте нарисуем красным мелом сосуды, которые идут от сердца. – Что означают слова: «У этого человека золотое сердце!» (дети отвечают). Идём дальше! Смотрим на карту – направо пойдёшь, центр управления телом найдёшь! Находим кроссворд: 1. паМять

2. обОняние

3. Зрение

4. Голова 1.Бабушка уже забыла – куда очки – то положила, если плохо помнить станет – у неё плохая …(память) 2. Какой орган чувств различает запахи? (обоняние) 3. Какой орган чувств помогает видеть? (зрение) 4. Круглая и умная на плечах сидит и всем руководит. (голова) - Если прочитать большие буквы по вертикали, то получится слово – МОЗГ. Дети лепят из пластилина извилины мозга и приклеивают на голову тени человека. – Какую роль выполняет мозг? Для чего он нужен? (ответы детей) - У мозга есть пять разведчиков, которые помогают нам познавать мир, ориентироваться в жизни – перечислите их! (зрение, слух, вкус, обоняние, осязание). Дидактические игры: «Узнай по запаху», «Чудесный мешочек», «Узнай на вкус», «Что звучит?», «Что перепутал художник?» - Пять органов чувств – это внешние или внутренние чувства? (внешние) - Какие внутренние чувства вы знаете? (любовь, радость, гнев, страх и т. д.) Д. игра «Определи по картинкам внутреннее чувство».

Танец маленьких утят. Смотрим на карту – прямо пойдёшь уникальную конструкцию найдёшь! - Вот и ребус на пути – ни проехать, ни пройти!

С(О)К ЕЛЬ, ,ЛЕТО, (дети разгадывают ребус и находят части скелета) СК ЕЛ ЕТ Дети накладывают на тень части скелета и называют их (череп, позвоночник, рёбра, плечо, предплечье, кисть, таз, бедро, голень, стопа). – Для чего нужен скелет? Сможет ли человек сейчас подняться? Что необходимо ещё? (мышцы, кожа, внутренние органы). Физминутка: «Злая фея лишила вас скелета – какими вы будете?» (дети фантазируют и показывают движения человека без скелета)

Танец «Ножки» - А ещё из чего состоит человек ? Отгадайте загадку: «Как капелька, но делится, как яйцо, но не разобьёшь, как колобок, но не съешь. Что это?» (клетка). Воспитатель показывает изображение клетки. – Какие бывают клетки? ( нервные, клетки кожи, крови, мозга и т. д.) – Любимые блюда клеток? ( белки, жиры и углеводы).

Подвижная игра «Рост клеток» (дети стоят в кругу) «1-2-3- клеточка расти! (круг расширяется) 3-4-5- разделись опять! (дети перестраиваются в два круга) 6-7-8- поделиться просим!» (дети два круга перестраивают в четыре)

- Ой, ребята, злая Фея указала на карте, где находится живая вода. Давайте отыщем её! Нашли! Но прежде, чем оживить человека, скажите, как вы понимаете эти слова: «Человек сам хозяин своего здоровья!» (ответы детей) - Надо не только знать свой организм, но и заботиться о нём: закаливать, содержать в чистоте, пить витаминный чай и т. д. Поднимаем тень человека с пола, ставим к стене, брызгаем «живой водой», вдыхаем в него жизнь (гаснет свет и появляется И. В.- Ирина Викторовна – младший воспитатель с фиточаем и конфетами) «Спасибо, ребята, вы спасли меня от злой Феи!» Дети пьют чай, угощаются конфетами