**Цель:** Привитие привычки к здоровому образу жизни через интеграцию образовательных областей.

**Задачи:** Образовательная область «Здоровье»

- формировать представление о здоровье и здоровом образе жизни»; - продолжать воспитывать желание заботиться о своем здоровье; - обогащать и закреплять ранее полученные знания о здоровом питании; - дать детям простейшие представления о микроорганизмах; - получить некоторые представления о микроорганизмах, об их свойствах (растут, питаются, дышат); - сформировать представление о том, что микроорганизмы бывают полезными и вредными; - познакомить детей с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями;

Образовательная область «Безопасность»

- продолжать учить устанавливать связи между неправильными действиями и их опасными последствиями для жизни и здоровья; - закрепить правила личной гигиены, правила ОБЖ;

Образовательная область «Физическая культура»

- формировать осознанное отношение к необходимости укреплять здоровье с помощью физических упражнений;-закрепить навыки выполнения самомассажа.

Образовательная область «Коммуникация»

- развивать разговорную речь и коммуникативные навыки;

Образовательная область «Социализация»

- развивать эмоциональную отзывчивость, доброжелательность.

Образовательная область «Художественное творчество»

- закрепить умение рисовать восковыми мелками микробов крупно, во весь лист

**Предварительная работа:**Заучивание: стихотворения О. Нэш «Микроб», самомассажа «Мыло», массажа для профилактики простудных заболеваний, частушки, приветствие «Добрый жук»**Оборудование:**Презентация «Осторожно, микробы!»; кусочки хлеба , покрытые налетом плесени; здоровая веточка дерева (щепочка) и веточка (щепочка) полусгнившая, «трухлявая» (вместо них можно взять здоровый лист дерева и полураспавшийся, пролежавший зиму под снегом);восковые мелки, листы для рисования А4.

Дети под музыку «Добрый жук» вбегают в зал.

Под музыку «Добрый жук» поют:

- Добрый, добрый, добрый день.

 Добрый день, добрый день.

 Нам здороваться не лень

 Нам совсем не лень!

По окончании фразы находят себе пару и встают лицом друг к другу, здороваются по слогам:

Здравст – вуй-те! Хлопают в ладоши

Здравст – вуй-те!

**В.:** Ребята, а вы знаете, что означает слово «здравствуй», «здравствовать»?

(ответы детей)

- Правильно. Приветствовать, желать здоровья. Таким образом, вы поздоровались с гостями, друг с другом и пожелали здоровья.

* Ребята, сегодня мы с вами поговорим о ...

О чем, попробуйте догадаться сами. …………приготовил для всех сюрприз, выучил стихотворение. Послушайте, пожалуйста, а потом скажите, о чем мы будем говорить.

Читает стихотворение:

Там, где грязь, живут микробы.
Мелкие - не увидать.
Их, микробов, очень много,
Невозможно сосчитать.
Мельче комаров и мошек
В много-много тысяч раз.
Тьма невидимых зверушек
Жить предпочитает в нас.
Если грязными руками
Кушать или трогать рот,
Непременно от микробов
Сильно заболит живот.

**В.:**Так о ком мы с вами будем говорить? ( о микробах)

- Кто из вас знает, кто такие микробы? ( ответы детей )

Слайд №1. ( изображения микробов )

* Микробы - это очень маленькие живые существа. Они не видны простым глазом. Чтобы их увидеть, надо смотреть в особый прибор, который называется «микроскоп».

Слайд №2 ( изображение микроскопа )

* Микроскоп позволил рассмотреть микробов поштучно, каждого. Выяснилось: у них нет ни рук, ни ног, ни рта, и носа. Нет желудка, сердца, легких. Это просто шарики или палочки. Но они так же, как мы, едят, дышат.

**В.:**Ребята, как вы думаете, а как микробы умеют передвигаться? (Ответы детей.)

* У некоторых есть хвостики, которые называют жгутиками. Жгутик вращается, как пропеллер самолета, и микроб движется.

Но у большинства таких жгутиков нет. В жидкости они просто слегка подпрыгивают - как мячик, который мы бьем ладошкой об пол. Там, где сухо, их переносит воздух (ветер).

**В.:**А еще микробы переносят люди и животные. Например, были микробы на яблоке.( Слайд № 3) Они прилипли к рукам, и человек своими руками перенес их в рот. Были микробы в земле.( Слайд № 4) Ребенок играл на улице - микробы прилипли к пальцам, потом он пошел домой и этими же руками ел. Микробы с пальцев прилипли к хлебу, яйцу, груше и вместе с ними попали в желудок. Вот так они и передвигаются.

* А теперь рассуждайте сами.( Слайд № 5) Бегала собака около мусорного ящика....
* Догадайтесь, как микробы попали в желудок ребенка? (Ответ: микробы прилипли к ее шерсти, морде, к лапам; ребенок погладил собаку - они прилипли к рукам, потом к еде, с едой попали в желудок.)

**В.:**А теперь давайте нарисуем микробов сами, как вы их представляете?

( Дети рисуют разными мелками на досках)

**В.:**Как вы думаете, что едят микробы? ( Ответы детей.)

* Правильно, все. Хлеб, фрукты, овощи, суп, листья деревьев, краску, землю. У вас на столах лежат по два листика и две щепочки. Определите сами, какой из них ели микробы, а какой - нет. ( Дети рассматривают объекты и самостоятельно высказывают предположения.)

**В.:**( Слайд № 6)

Мы с вами выполняли практическую работу. Какую? ( Правильно. Мы положили хлеб в два контейнера.  Первый контейнер оставили открытым поставили в хорошо проветриваемое место  на подоконник. Во второй контейнер положили  намоченный в воде хлеб и плотно накрыли крышкой)

* Давайте посмотрим, что у нас получилось.

Что вы можете сказать, как выглядит хлеб в первом контейнере, как он изменился?

**Дети**:  Хлеб выглядит сухим.

**В** : Как вы думаете, можем ли мы увидеть присутствие микробов?

Дети: Нет, без микроскопа  мы не можем увидеть микробы.

**В**:Теперь рассмотрим хлеб, который находился во влажных условиях, и стоял  в тёплом месте. Как выглядит хлеб  в этом контейнерах?

 Дети отмечают, что  хлеб изменился, он покрылся плесенью.

Воспитатель: Мы не будем открывать эту коробочку, чтобы плесень не распространилась в комнате. Она может быть опасной для человека. Но через прозрачный  контейнер  вы ее хорошо увидите.

**В.:** Подумайте, можем ли мы  теперь увидеть присутствие микробов?

**Дети**:  Да, ведь  на хлебе поселилась плесень.

**В.:**  А что такое плесень?

**Дети:** Плесень - это   особые бактерии.

**В**: Как вы думаете, почему плесень появилась на хлебе именно в этом контейнере?

**Дети**: Потому что там была благоприятная влажная среда.

Большинство микробов для нас не опасны, даже наоборот- есть полезные. Например, с помощью некоторых делают кисломолочные продукты.

 Какие вы знаете? (Ответы детей).

Слайд№7( изображение кисломолочных продуктов )

В.: Некоторые микробы бывают очень опасны. Это те, которые едят здорового человека или животного. Они ничего не могут есть кроме человека. Но человеку не нравиться, что его едят микробы и он начинает с ними бороться. То время, когда идет борьба, называется болезнью.

* Ребята, как вы думаете, кто кого победит - микробы или человек? (Ответы детей.)
* Конечно, победит человек. Но болеть все равно неприятно. Человек теряет силы, у него поднимается температура, болит голова, горло. Это микробы специально стараются ослабить человека, чтобы им было легче справиться с ним.

В зависимости от того, в каком органе поселились бактерии, возникает та или иная болезнь.

**Воспитатель:**

* Ребята, как вы думаете, на кого в первую очередь нападают микробы? (Ответы детей.)
* Правильно, на тех, кто сам слаб: очень переохладился, бегал раздетый на холоде, пил ледяную воду. Может быть и по-другому: количество микробов рядом с человеком резко увеличилось.

**Массаж для профилактики простудных заболеваний.**

**Реб**. Чтобы горло не болело                 Движения по тексту

Мы его погладим смело.

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать.

Лоб мы тоже разотрем,

Ладошку держим козырьком.

«Вилку» пальчиками сделай,

Массируй ушки ты умело.

Знаем, знаем да – да – да,                 потирают ладони друг о друга

Нам простуда не страшна.

 Сигнал SOS. Слышен кашель,чихание.

Вос-ль: Кто это кашляет и чихает?

На экране появляется Гномик Миша.( Слайд № 8)

**Вос-ль:** Да это же гном Миша.Что с тобой случилось?

(голос за кадром)

Со мной приключилась большая беда.

 Мороженое ел я помногу всегда-

 И вот какая картина:

 Ко мне привязалась ангина,

 И кашель, и насморк меня одолели.

 Если б вы знали, как они надоели.

**Вос-ль:** Миша, да на тебя напали микробы.Попал наш гном Миша в королевство микробов. А микробов там видимо-невидимо и самые-самые разные: есть микробы, которые любят грязь, есть микробы, летающие по воздуху и предающие простудные болезни. А вот и король микробов*.*

***( Слайд изображение короля микробов)***

- Ребята, давайте спасать гнома Миша, поможем ему избавиться от микробов.Посмотрите на микробов. Вот эти микробы любят грязь. Как же справиться с микробами, которые любят грязь? *( ответы детей)*

- Конечно, нам помогут мыло и вода.

**Самомассаж «Мыло»**

**Реб.**Каждый день я мыло мою Раздвинув пальцы, хлопают в ладоши.

Под горячею водою

И в ладонях поутру Неплотно сжимают в руках пальцы одной

Сильно, сильно мыло тру.руки и трут о ладонь другой.

Мойся, мыло, не ленись!

Не выскальзывай не злись!

(Изображение фиолетовой дорожки здоровья)

Вос-ль: –От простой воды и мыла у микробов тают силы.

(На фиолетовой дорожке появляются изображения воды и мыла)

Изображение синей дорожки, затем изображение чайника и крана с водой. (Выводы детей)

- Вот появилась ещё одна дорожка, голубая. Это дорожка – напоминание:

Фрукты и овощи мыть не забывайте, только чистыми их употребляйте.

(Изображение фруктов)

Вос-ль: –Посмотрите, микробов становится все меньше. Да мы просто волшебники. У меня для вас есть сюрприз.

(Входит Айболит и выносит корзину с овощами, фруктами).

**Айболит:**

 Вот витамины и дары.

 В корзинку собраны они.

 И морковка, и капуста,

 Яблоки, лимоны – вкусно.

 Эти овощи и фрукты – очень важные продукты.

 Лук, чеснок употребляйте и здоровье укрепляйте.

 Ешьте, не болейте, все болезни одолеете. До свидания,друзья!!!

**Воспитатель:** Мы не случайно вспомнили про лук и чеснок. В народе говорят: чеснок и лук от семи недуг. Они убивают микробов. А витамины и фрукты укрепляют организм и помогают бороться с микробами.

(Изображение зеленой дорожки, затем витамины, чеснок, фрукты)

(Изображение желтой дорожки).

Вос-ль. – Следующая дорожка здоровья желтая. Посмотрите на неё и ответьте, что еще нам помогает справиться с микробами? Как они нам помогают?

(Изображение солнца, обливание)

**Реб.**Если хочешь быть здоров,

Купайся, загорай и закаляйся.

Прохладной водой начинай обливаться,

И будут тебя все микробы бояться.

**Воспитатель:**

Желтая дорожка – дорога закаливания.

(Изображение оранжевой дорожки, затем изображение зарядки)

- А еще чтоб не болеть и не простужаться,

Зарядкой надо по утрам всем людям заниматься.

Вос-ль. – Микробы спасаются бегством от тех, кто закаляется, зарядкой и спортом занимается. Каким спортом вы любите заниматься?

(Изображение красной дорожки)

Ответы детей.

(Изображение велосипеда, лыж, кеглей)

Вос-ль–Ребята, мы спасли гнома Мишу от короля микробов и его микробного войска. И теперь он совсем здоров.

(Изображение гнома: машет рукой)

Вос-ль. А сейчас подведем итог, что же нужно делать, чтобы не случилась такая же беда, как с гномом Мишей.

Частушки.

Чистота – залог здоровья,
Чистота нужна везде:
Дома, в школе, на работе,
И на суше, и в воде.

Руки с мылом надо мыть,
Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.

Всякий раз, когда едим,
О здоровье думаем:
Мне не нужен жирный крем,
Лучше я морковку съем.

Физкультурой занимайся,
Чтоб здоровье сохранять,
И от лени постарайся
Побыстрее убежать.

Ты зарядкой занимайся,
Если хочешь быть здоров.
Водой холодной обливайся–
Позабудешь докторов.

Любим спортом заниматься:
Бегать, прыгать, кувыркаться.
А зима настанет–
Все на лыжи встанем.

Вот я прыгнул дальше всех,
Ждет теперь меня успех.
А проснулся – не пойму,
Почему я на полу?

Если вдруг стряслась беда,
Помощь вызови тогда.
01, 02, 03–
Быстро номер набери.

Если что-то вдруг случится,
Ты сумеешь дозвониться:
Адрес точный назови
И на помощь позови.