Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №47 «Лесная сказка».

**КОНСПЕКТ**

Интегрированной образовательной деятельности

Тема: «Ключи здоровья»

(подготовительная к школе группа)

Воспитатель: Живага Н.Н

Звучит музыка.

**Воспитатель:**  Ребята, вы слышите эту мелодию? Что она вам напоминает? (сказку).

 (раздаётся стук в дверь, вносится посылка)

Ребята, нам прислала посылку Волшебница из страны «Здоровье» она помогает своим жителям заботиться о своём здоровье. Посмотрите, здесь письмо .  **«Ребята, я прислала вам посылку, а к ней ключи здоровья. Они научат вас заботиться и беречь своё здоровье. Чтобы открыть посылку нужно подобрать 5 ключей и выполнить 5 заданий».**

**Воспитатель:**  Ребята, вы готовы? Итак, первый ключик называется «Забота о своём теле». Посмотрите друг на друга и ответьте из чего состоит тело человека? ( ответы детей). Молодцы! А я предлагаю вам отгадать загадки:

«У двух матерей по пять сыновей.(руки и пальцы).»

 Воспитатель хвалит детей.

**Воспитатель:** Ребята, вы знаете, что нужно заботиться о себе и о своём здоровье. Ответьте мне, пожалуйста, как мы заботимся о своём здоровье?

- Моем руки перед едой.

- Моем руки после прогулки.

- Моем руки после туалета.

- Чистим зубы утром и вечером.

- Причёсываем волосы.

- Стрижём ногти на руках и ногах.

Воспитатель продолжает беседу.

 Ребята, для ухода за собой нужно пользоваться предметами гигиены. Сейчас я проверю, знаете ли вы эти предметы. У каждого из вас на столах лежат листы с заданием. Вам надо отметить предметы , необходимые для ухода за собой.

**Игра « Найди и отметь предметы гигиены».**

 Воспитатель проводит анализ выполнения задания. Просит поменяться листами с соседом и проверить своего соседа. Хвалит детей. Воспитатель продолжает беседу: О чистоте и опрятности писатели создали много произведений . Детская писательница Агния Барто советует:

 Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём

Перед каждою едою,

После сна и перед сном.

 Воспитатель предлагает детям послушать отрывки из произведений и отгадать автора и название произведения.

 Надо надо умываться

 По утрам и вечерам

 А нечистым трубачистам

 Стыд и срам, стыд и срам. ( К. Чуковский «Мойдодыр» ).

 Громко девочка кричала

 Как увидела мочало.

 Царапалась как кошка,

 Не трогайте ладошки. (А. Барто «Девочка-чумазая»).

 Ой, вы бедные сиротки мои

 Утюги и сковородки мои

 Вы пойдите-ка немытые домой

 Воспитатель хвалит детей за знания произведений художественной литературы.

**Воспитатель:** Итак, мы получаем первый ключ «Забота о своём теле».

 А наше следующее задание «Полезная еда».

Самая полезная пища та, которую человек ест с аппетитом. Пища должна быть вкусной и разнообразной, состоять из продуктов животного и растительного происхождения. В её

состав входят вода, белки, жиры, витамины. Вредная пища та, в которой много соли и сахара, красителей и консервантов.

Волшебница просит вас помочь определить какие продукты полезные, а какие вредные для желудка.

**Игра «Полезная и вредная пища».**

Воспитатель хвалит детей. Продолжает беседу.

 Ребята знают как заботиться о здоровье своего желудка и соблюдать правила приёма пищи. Сейчас они расскажут эти правила.

1 ребёнок. Я думаю, ты без сомнения знаешь

 Что пользу приносит не всё что съдаешь

 Запомни и всем объясни очень ясно

 Желудок нельзя обижать понапрасну.

 Холодная пища ему не нужна

 И очень горячая тоже вредна.

2 ребёнок. А сладостей разных и чипсов и колы,

 Желудок боится, как дети уколов

 Большими кусками не стоит глотать

 И тщательно нужно еду прожевать

 И помни желудок у тех не болел

 Кто в детстве его понимал и жалел.

**Воспитатель.**  Молодцы ребята. Я надеюсь, что теперь вы станете соблюдать все правила приёма пищи. Посмотрите Волшебница прислала целую корзину продуктов (гречневая крупа, капуста, яблоко ). Что можно приготовить из них?

**Дидактическая игра на развитие речи «Вкусный обед».**

**Воспитатель.** Молодцы! Получаем ещё один ключ «Полезная пища». Ребята, чтобы быть здоровым что нужно ещё делать?

 -заниматься физкультурой;

 - закаляться;

 - делать каждое утро зарядку;

 - гулять на свежем воздухе.

Посмотрите на эти картинки, на них изображены виды спорта. Назовите мне их. (плавание, хоккей, футбол, теннис, конькобежный спорт). Как называют человека который занимается спортом? (спортсмен). Я хочу пригласить вас на зарядку.

 Маршируем на месте. «Мы зарядкой заниматься начинаем по утрам

Пусть болезни нас боятся, пусть они не ходят к нам!

Раз, два, не зевай, с нами повторяй.

Раз, два, шире шаг, делай с нами так!

1.»Крылья». Поднимаем руки вверх-вдох, опускаем вниз-выдох.

2.»Маятник». Наклоны в сторону.

3.»Пружинки». Приседаем.

4.»Мячики». Прыжки на месте.

Ходьба на месте.

**Воспитатель.** Теперь мы знаем, чтобы быть здоровым нужно заниматься физкультурой и спортом. Вот и третий ключ «Физкультура и спорт».

Посмотрите, Волшебница прислала волшебную палочку. Сейчас мы с вами будем передавать палочку друг другу называя друг друга ласковым словом. Произносить слова надо с добротой, глядя друг другу в глаза.

**Игра «Скажи ласково».**

Воспитатель хвалит детей и продолжает беседу.

 Вот и проявили вы доброе отношение друг к другу. Я хочу, чтобы вы запомнили, что только добрый человек может быть по настоящему счастливым и здоровым. Мы получаем четвёртый ключ «Хорошее настроение и доброта». А теперь я предлагаю вам поиграть с нашими пальчиками.

**Пальчиковая гимнастика.**

Мы получаем наш последний ключ. Итак мы собрали все пять ключей и теперь сможем открыть посылку от Волшебницы. Давайте ещё раз вспомним как называется каждый ключ: «Забота о своём теле»;

 «Полезная и вредная пища»;

 «Физкультура и спорт»;

 «Хорошее настроение и доброта»;

 «Пальчиковая гимнастика».

Воспитатель открывает посылку. В ней угощение.

**Воспитатель**. Мы обязательно напишем рассказ , нарисуем рисунки и отправим Волшебнице в страну «Здоровье».