**Интеграция образовательных областей:**здоровье, познание, физическая культура, безопасность, социализация.  
**Задачи.** Дать представление о составляющих здорового образа жизни.  
 Воспитывать потребность быть здоровым: употреблять в пищу овощи и фрукты,   
другие полезные продукты,выполнять гигиенические процедуры; воспитывать  
 нравственные качества, чувства сострадания и заботы к другим людям.  
 Развивать умение творчески использовать двигательные навыки в   
самостоятельной двигательной деятельности; развивать слуховое внимание,   
мышление, речь.  
 Активизировать словарь: микробы, витамины.  
**Предварительная работа:** беседы ,сюжетно- ролевая игра «Больница», соблюдение   
режима дня,выполнение гигиенических процедур.  
**Оборудование:** игрушка- Буратино, набор муляжей: овощи, фрукты, продукты;  
 «чудесный мешочек», предметы гигиены; письмо, картинки зубов.

**Ход занятия.**  
  
**Воспитатель:**Ребята , сегодня утромнам в группу принесли письмо .Здесь написано:  
 «Ребятам средней группы». Хотите узнать от кого оно? Читаю:  
 «Жду сегодня в гости всех ребят!  
Приезжайте непременно, буду рад!»   
 Буратино.  
**Воспитатель:** Что решим? Отправимся в гости?  
 Скорее,ребята,места занимаем, *Встают друг за другом* .  
 Моторчик заводим и в путь, уезжаем!*Дети «крутят» руками у груди.*  
Колёсики, колёсики, стучат, стучат, стучат.«*Едут» по кругу.*  
А в маленьких вагончиках кампания ребят.  
 *Подходят к домику.***Воспитатель:**Ну вот кажется и дом Буратино, только где же он сам? А так нас хотел   
видеть… почему он нас не встречает? Давайте мы присядет и подождём его.  
  
*Дети садятся на стулья.* Раздаются охи, вздохи. Появляется кукла-Буратино с перевязанной щекой.  
**Буратино:** Ой, как мне больно!  
**Воспитатель:**Буратино! Что с тобой случилось? Мы к тебе в гости приехали, а ты оказывается, заболел?  
**Буратино:** День так хорошо начался:   
 С утра я в комнате прибрался,  
 И у окошка ждать вас сел.  
 И незаметно понемногу я весь запас конфеток съел!  
**Воспитатель:** И много было у тебя конфет?  
**Буратино:** Вот этот красненький пакет.  
**Воспитатель:** Ай, ай. Буратино! Разве тебе никто не рассказывал о конфетах?

**Буратино:** Нет, в школу я не дошёл и поэтому читать не умею, а свою подружку Мальвину не слушаю- она всё время меня чему то учит.  
**Воспитатель:**Из- за твоего упрямства и случаются с тобой разные неприятности.  
Не плачь, мы тебя пожалеем и поможем справиться с болью. Ребята, как можно пожалеть Буратино? Что сказать, что сделать надо?  
 (Ответы детей: погладить, прижать, поцеловать, сказать ласковые слова)  
**Воспитатель:**Буратино, легче тебе стало?  
**Буратино:**Да, спасибо, боль утихла.  
**Воспитатель:**Тогда давай разбираться что ты сделал неправильно? Ребята,можно столько сладкого съедать сразу? К чему это может привести?  
*( Ответы детей: сладкого много есть нельзя, портятся и болятзубы, , болит живот, появляется сыпь на коже).***Воспитатель:** Видишь ,сколько вреда получается. А всё это потому, что наш организм хорошо работает только тогда, когда мы едим полезные продукты.Ребята, чем надо правильно питаться?Что полезно кушать и детям и взрослым?  
*(Ответы детей: творог, молоко, фрукты, овощи)***Воспитатель**: Правильно, и обязательно надо есть мясо, потому что в нём много веществ, которые дают нам силу.Витамины содержатся во всех нужных продуктах..  
Мы хотим быть здоровыми? (Да)  
 Сильными и смелыми? (Да)  
 А чтобы Буратино лучше запомнил какие продукты полезные, а какие нет,я предлагаю вместе поиграть.  
 ***Игра «Хлопайте в ладоши».****Воспитатель называет полезный продукт- дети хлопают в ладоши,  
 если не полезный- молчат.* ***Игра « Полезно- не полезно».*** *( 2 участника, по 2 корзинки каждому, по набору муляжей фруктов, овощей  
 и продуктов сложены к одной кучке)  
Дети раскладывают предметы в соответствии с полезными качествами   
 в красную и синюю корзины.***Воспитатель:**Давайте проверим правильность выбора ребят.  
 *Показывает содержимое корзин и обсуждает полезные и вредные свойства продуктов питания, складывает полезные в одну корзину.***Воспитатель:**Вот тебе ,Буратино, корзина с полезными продуктами, возьми и запомни, что должно быть в твоём меню.  
**Буратино:** Теперь я буду есть здоровую пищу.  
**Воспитатель:**Но мне кажется, что Буратино не только конфетами объедается, но и не выполняет некоторые правила ухода за телом и зубами. Ведь , чтобы быть здоровым надо не только правильно питаться ,но поддерживать чистоту своего тела. Как это делать?  
*(Ответы детей: мыться, купаться с мочалкой и мылом; умываться; чистить зубы; мыть с мылом руки;расчёсываться)*  
*Воспитатель показывает картинку белого зуба с улыбкой и серого зуба*.  
**Воспитатель:**Как вы думаете, какому зубу лучше живётся? Почему он улыбается?  
*(Ответы детей: Белый зуб улыбается, потому, что ему дают витамины,его чистят и он не болит)***Воспитатель:** Буратино, ты соблюдаешь эти правила личной гигиены? Поэтому твои зубы просят о помощиУ тебя есть предметы гигиены?  
**Буратино:**Даже не знаю , что то лежит на полочке, сейчас принесу.  
**Воспитатель:** Тогда всё понятно. Снова придётся тебе помочь.Неси, что у тебя есть в ванной комнате. Ребята, поможем Буратино разобраться что и для чего нужно?  
 *Буратино приносит****«Чудесный мешочек».Игра.***  
 *Воспитатель предлагает детям по одному определить на ощупь что лежит в мешочке. (мыльница, мыло, зубная щётка, зубная паста, стаканчик, расчёска,мочалка, салфетка бумажная.)Сразу дети поясняют какой предмет для чего нужен.***Воспитатель:**Держи свой мешочек и пользуйся предметами по назначению. А чтобы было веселей, приговаривай потешку :  
Водичка, водичка, *Дети проговаривают текст, сопровождая движениями*  
Умой моё личико, *пальцев.*Чтобы глазки блестели,   
Чтобы щечки краснели,   
Чтоб смеялся роток,   
Чтоб кусался зубок.   
**Воспитатель:**А ещё мы с ребятами покажем какую разминку можно сделать. Специально для тебя!  
***Физминутка «Буратино».***Буратино потянулся-*Движения по тексту.*Раз нагнулся, два нагнулся.  
Руки в стороны развёл,  
Ключик видно не нашёл.  
Чтобы ключик нам достать  
Надо на носочки встать!**Буратино:** Спасибо вам, ребята, теперь я обязательно буду умываться, чистить зубы и есть полезную пищу и заниматься зарядкой.  
**Воспитатель:** Я очень рада, что мы с ребятами тебе помогли .А ты теперь сам должен заботиться о своём здоровье!  
**Буратино:** Ау меня есть для вас угощение вкусное и полезное.Кушайте на здоровье!  
*(Дети угощаются яблоком, морковкой.)*  
**Воспитатель:** Подкрепились?Скажем Буратино «спасибо». Пора нам обратно.  
 Скорей нас поезд ждёт.  
 *Ребята, скорее,места занимаем Дети строятся друг за другом,   
Моторчик заводим и в путь, уезжаем!«заводят» мотор.  
 Колёсики, колёсики, стучат, стучат, стучат. «Едут « по кругу на стулья.  
 А в маленьких вагончиках кампания ребят.***Воспитатель:**Вот мы снова в группе. Понравилось вам путешествие?  
Как надо заботиться о своём здоровье? (Ответы детей)  
Чтобы сильным быть и смелым-  
Каждый день зарядку делай!