Муниципальное казенное образовательное учреждение

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Чернухинская школа-интернат»

**Открытое воспитательское занятие**

**"В здоровом теле — здоровый дух"**

*Разработчик: воспитатель Быкова Н.В.*

2015 год

***Цели:***

1. Закрепить ранее полученные знания по сохранению и укреплению здоровья.
2. Воспитывать привычку вести здоровый образ жизни.
3. Учить детей заботиться о своем здоровье.

***Задачи:***

1. Расширять активный словарь.
2. Развивать внимание, мышление, память.
3. Развивать общую и мелкую моторику.

***Оборудование:***

1. Полоски с пословицами.
2. Муляжи овощей, фруктов, чипсов, сухариков, молочных продуктов, фруктового сока.
3. Корзинка – 2 шт.
4. Маска с изображением микроба, комок белой бумаги – «микроб».
5. Презентация «В здоровом теле –здоровый дух!», компьютер, интерактивная доска, флеш-карта.
6. Видео-материал «У жирафа пятна, пятна, пятнышки везде…» для физкультминутки.

***Предварительная работа:***

- Просмотр мультфильмов:

* «Митя и микробус» к/студии «Союзмультфильм» автор сценария Е. Агранович, режиссер М. Каменецкий.
* Мультсериал «Смешарики»: «Руки», «ОРЗ», «Ёжик и здоровье».
* Мультсериал «Лунтик»: «Невидимая грязь».

- Беседы:

* Откуда берутся болезни.
* Как победить простуду.
* Зачем делать зарядку.
* Как стать сильным.
* Для чего чистить зубы.
* 10 самых вредных продуктов.
* О пользе витаминов.

- Ознакомление с пословицами и поговорками о здоровом образе жизни.

**Ход занятия**

**I. Организационный момент**

**II. Вступительная беседа**

**Воспитатель:** Дорогие ребята, сегодня у нас необычная встреча. Она посвящена здоровому образу жизни, потому что не зря гласит русская пословица "В здоровом теле — здоровый дух!". Поэтому, я надеюсь, что сегодняшнее занятие получится динамичным, весёлым, но ни в коем случае не скучным. А теперь давайте все вместе, громко скажем друг друга удивительное слово – «Здравствуйте!»

**Дети:** Здравствуйте!

**Воспитатель:** Что же это за слово такое? Почему люди его всегда употребляют во время своих встреч? Кто объяснит?

***(Ответы детей)***

**Воспитатель:** Всё верно, такими словами приветствуют друг друга, это знак доброго уважения людей друг к другу. А означает оно: пожелание здоровья, здравствуй, то есть – будь здоров, не болей А здоровы ли вы, дорогие мои? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: «Здоровому – все здорово». Здоровый человек красив, он легко преодолевает трудности, с ним приятно общаться. Он умеет по-настоящему и работать, и отдыхать.

Будь здоров, не болей –

Это просьба всех людей.

«Здравствуй» стоит лишь сказать

И не надо объяснять:

Быть здоровыми хотим

И об этом говорим.

А что значит быть здоровым?! Для начала, давайте-ка хором прочитаем тему нашего занятия: “В здоровом теле – здоровый дух!” (слайд 1).

А как вы понимаете это выражение?

**Дети:**

– Соблюдать режим дня

– Заниматься спортом

– Закаляться

– Соблюдать чистоту

– Правильно питаться и т.д.

**Воспитатель:** Давайте проверим. (слайд 2)

Правильно, чтобы быть здоровым, нужно соблюдать режим дня, делать утром зарядку и не лениться. Заниматься спортом: бегом, плаванием и другими видами спорта, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе, соблюдать чистоту, правильно питаться – то есть вести здоровый образ жизни. За вас для вашего здоровья, никто этого не сделает.

А теперь Саша нам расскажет, каким должен быть режим дня школьника. (слайд 3)

Давайте немного подвигаемся, выполним веселую зарядку «У жирафа пятна, пятна, пятнышки везде…»

Пришло время отгадать мои загадки:

1. Не обижен, а надут,  
   Его по полю ведут.  
   А ударят – нипочём,  
   Не угнаться за... (мячом). (слайд 4)

*Задание.* Рассмотрите картинки и назовите игры с мячом. (слайд 5)

***(Ответы детей).***

1. На снегу две полосы,  
   Удивились две лисы.  
   Подошла одна поближе:  
   Здесь бежали чьи-то ... (*Лыжи*.) (слайд 6,7)
2. Кто на льду меня догонит?  
   Мы бежим в перегонки.  
   И несут меня не кони,   
   А блестящие ... (*Коньки*.) (слайд 8,9)
3. Мне загадку загадали:  
   Что это за чудеса?  
   Руль, седло и две педали,  
   Два блестящих колеса.  
   У загадки есть ответ  
   Это мой ... (*Велосипед*.) (слайд 10,11)
4. Я его кручу рукой,

И на шее и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу. (Обруч)(слайд 12,13)

**III. Основная часть**

**Воспитатель:** Молодцы, ребята! С загадками вы справились. Я приглашаю всех присутствующих совершить веселый поход в страну здоровья, в ходе которого будем учиться беречь и укреплять свое здоровье.

***Подвижная игра «Микробы».***

Из числа детей выбирают «Микроба» - водящего. Водящий кидает в детей «микробы» (комочки). В кого попадет, тот должен изобразить, что с ним произойдет при попадании в его организм микроба (начинает чихать, кашлять, изображает головную боль и т.д.)

Воспитатель хвалит детей за то, что они были ловкие и смелые, и приглашает детей продолжить путешествие.

**Воспитатель:** Ребята, мы с вами говорили, что для крепкого здоровья необходимо правильно питаться. Давайте отправимся в магазин за продуктами.

***Игра «Магазин».*** Детям предлагается разбиться на пары.

1. Задание для I пары: из товаров, предложенных в магазине 1-му участнику выбрать– 2 вредных продукта и 3 полезных, а 2-му наоборот.
2. Задание для II пары: из товаров, предложенных в магазине 1-му участнику выбрать– 5 овощей, а 2-му – 5 фруктов.
3. Задание для III пары: из товаров, предложенных в магазине 1-му участнику выбрать– 4 вредных продукта, а 2-му – 4 полезных продукта.

Дети - участники выполняют задания. Остальные следят за правильностью соблюдения условий игры.

**Воспитатель:** Ребята, по дороге к вам я обронила полоски с пословицами и теперь не могу их правильно собрать, мне нужна ваша помощь. На столе лежат полоски с пословицами, нужно каждой найти пару.

|  |  |
| --- | --- |
| Болен – лечись, | а здоров – берегись. |
| Здоровье в порядке - | спасибо зарядке. |
| Здоровому - | врач не надобен. |
| В здоровом теле  - | здоровый дух. |

**Воспитатель:** Так чему учат нас русские пословицы и поговорки?

***(Ответы детей)***

**IV. Итог урока**

**Воспитатель:**

Ребята! Ответьте на вопросы: какое у вас будет настроение, то есть какой будет у вас дух, если:

-если что-то болит;

-если не выспался;

-если много съел пищи;

-если голодный;

-если кто-то обидел.

***(Ответы детей)***

**Воспитатель:**

Вывод: Если плохо вашему телу, то и дух у вас будет плохой. А здоровый дух может быть только в здоровом теле. Об этом мы и говорили на сегодняшнем занятии.

А сейчас – физкультминутка. Давай те похлопаем друг другу. Аплодисменты – это не только благодарность за хорошую работу, но и массаж наших ладошек, на которых находятся волшебные точки здоровья.