ГОУ д/с комбинированного вида №1114

г. Москвы

Комплексное занятие в старшей группе

« Сохрани свое здоровье»

(о вреде курения)

Подготовила и провела

Воспитатель: Орлова Е.А.

г. Москва

2010г.

Комплексное занятие в старшей группе «Сохрани свое здоровье»

( О вреде курения)

**Цели:** - побудить детей к размышлениям о физических возможностях человека;

- высказывать свое мнение о вредных привычках;

- прививать любовь к физическим упражнениям;

- развивать творческие и художественные способности детей

**Материалы**: шапочки для героев сказки С. Михалкова, плакаты о вреде курения, карандаши, краски, детский костюм медсестры.

**Ход занятия**:

*Воспитатель*: Ребята, давайте с вами поговорим о том, что вы можете? Например, можете ли вы достать до неба?

*Дети*: Нет!

*Воспитатель*: А почему?

*Дети:* Небо высоко! Можно только на ракете долететь!

*Воспитатель:* А можете бежать быстрее поезда?

*Дети*: Нет! Поезд - машина, а мы- люди!

*Воспитатель*: А через реку перепрыгнуть не можете?

*Дети:* Нет! Никто не может! Река широкая! Можно только переплыть!

*Воспитатель*: Правильно ребята! Это только в фильмах существуют люди-супермены, способные летать, бегать по стенам и потолку, зависать в воздухе. Но и мы свами способны на многое. Главное, надо тренироваться и следить за своим здоровьем. А каких людей мы называем здоровыми?

*Дети:* Сильных, крепких, выносливых, те, кто правильно питаются, соблюдают режим дня, занимаются физкультурой, не имеют вредных привычек.

*Воспитатель*: Правильно! Здоровье зависит, прежде всего, от самого человека, от того, какой образ жизни он ведет.

Мы живем в стране большой,

Щедрой и богатой!

И не жалко ничего,

Ей для вас, ребята!

Стадионы новые

Дарят вам не зря!

Чтобы вы здоровые

Выросли, друзья!

*Воспитатель:* Но вы знаете, ребята, нас на каждом шагу могут подстерегать различные опасности. Как вы думаете какие?

*Дети:* Микробы, бактерии, вирусы, а еще вредные привычки.

*Воспитатель:* Да, вот сегодня мы и поговорим о такой вредной привычке, как *курение и узнаем какой вред, она наносит нашему здоровью. Вы, наверное,* замечали, что вокруг нас много курящих людей. И, поэтому, курение становится серьезной проблемой в нашей стране, так как вредит здоровью нашего народа. Цель нашего занятия- узнать, почему так вредно курить!

Ребята из нашей группы приготовили для вас инсценировку сказки С.В. Михалкова « Как медведь трубку нашел».

*Действующие лица*: рассказчик, медведь, лиса, волк, дятел.

*Рассказчик:* Решил лесник бросить курить - закинул в лесу за куст свою трубку, кисет с табаком, зажигалку. А Медведь их нашел. С этого все и началось. Раньше, бывало, Медведь с солнышком проснется, в траве покувыркается, на речку бежит: купаться, да рыбку ловить, а потом в малинник- за малиной, а теперь, как только глаза продерет, лежит под кустом и курит трубку. И все бы ничего, да стал Миша прихварывать.

Шел он как то опушкой, встретил Лису. Увидала Лиса Медведя, так и ахнула.

*Лиса (удивленно*): Миша, друг мой! Ты ли это?

Не видались мы все лето.

Как ты бедный похудел,

Будто целый год не ел!

Что с тобою? Ты больной?

*Медведь (нездоровым голосом):*

Сам не знаю, что со мной!

Нездоровится мне что-то:

Лезет шерсть, в костях ломота,

Ничего почти не ем-

Аппетита нет совсем!

Стал я раньше спать ложиться ,

Да не сплю! Совсем не спится!

Кашель душит по утрам,

Дурнота по вечерам!

Колет в сердце, в лапах дрожь!

*Лиса:* Что ж ты к Дятлу не пойдешь?

К дятлу надо обратиться!

Он у нас такая птица:

Сразу скажет, что к чему.

Не ленись, сходи к нему!

*Медведь:* Вот недельку обожду,

Станет хуже, так пойду!

Вот прошла неделя, другая. Стало Медведю еще хуже. Шел он как то оврагом и встретил Волка.

*Волк (удивленно):*

Слушай, Миша - Михаил!

Что ты делал? Как ты жил?

Провалилися бока-

Шкура стала велика!

Ты хвораешь?

*Медведь :* Сам не знаю…

*Волк:* Пропадешь,

Если к Дятлу не пойдешь!

Надо к Дятлу обратиться!

Он у нас такая птица:

Разберется, даст совет

Да так да! А нет,так нет!

*Медведь:* Завтра к нему пойду. Разыскал медведь в лесу Дятла.

*Медведь:* Здравствуй, Дятел.

*Дятел:* Ба! Топтыгину привет!

Ты здоров ли?

*Медведь:* Сам не знаю…

*Дятел*: Видно куришь, коль не пьешь?

*Медведь*: Курю. Откуда знаешь?

*Дятел:* Больно дымом ты воняешь!

Ну-ка сядь под этот сук!

Дай-ка спину! Тук-тук-тук!

Да-с! Выстукивать не просто

Медведей такого роста!

Не дышать и не сопеть

Ты больной, хоть и Медведь!

Ну-с… Мне все как будто ясно…

*Медведь*: Что со мной?

*Дятел (строгим голосом):*

Накопилась в легких – копоть

От куренья – вся беда!

Ты Топтыгин, хочешь топать?

Брось куренье навсегда!

*Медведь*: Жалко…

*Дятел (строго*): Выполняй-ка мой совет

А не то в своей берлоге

Ты протянешь скоро ноги!

Поблагодарил Медведь Дятла за совет и поплелся домой. Пришел, хотел закурить, да вспомнил, что ему сказал Дятел, на прощанье, и выбросил трубку.

Аплодисменты.

*Воспитатель*: Ребята, посмотрите, к нам в гости пришла, доктор Пилюлькина. Она вам расскажет, что происходит со здоровьем человека при курении.

Входит доктор Пилюлькина в руках у нее плакаты:

- Когда человек курит, у него со временем меняется цвет лица;

- Появляется кашель;

- Неприятный запах изо рта;

- Желтеют зубы;

- Страдает сердце;

-Легкие курильщика темнеют.

А вот посмотрите, как выглядят легкие здорового человека.

Не курите никогда!

Это страшная беда!

Мир прекрасный ждет в объятья!

Есть приятнее занятье.

*Воспитатель*: Чтобы быть здоровыми, мы должны подружиться с физкультурой. Но физкультурой может заниматься каждый, а вот спортом- только самые сильные, крепкие и здоровые. И поэтому каждый физкультурник мечтает стать спортсменом. А для этого, что нужно делать?

*Дети:* Зарядку!!!

**Физкультминутка**

Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми.

Ежедневно – по утрам

Мы зарядку делаем.

К солнцу руки поднимаем,

Дружно, весело шагаем!

Приседаем и встаем!

И ничуть не устаем!

*Воспитатель*: Ребята, а давайте, вспомним какие виды спорта, вы знаете? (ответы детей). Давайте сегодня с вами нарисуем спортсменов, и мы глядя на них, будем вести здоровый образ жизни, жить без вредных привычек.

**Творческая часть.**

**Итог занятия.**

*Воспитатель*: Какой же вывод вы сделали из сегодняшнего занятия?

*Дети:* Надо бороться со своими вредными привычками. Нельзя курить. Это - опасно!!!

Список литературы:

1.Микляева, Н.В., Родионова, Ю.Н. «Развиваем способности дошкольников»

Метод. Пособие М. Сфера 2010.

2. Алексеевская, Н.А. « Карандашик озорной» М. Лист, 1998.