Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Сланцевский детский сад №4 общеразвивающего вида с приоритетным

осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

(МДОУ «Сланцевский детский сад №4»)

*Конспект*

*интегрированного занятия*

*в старшей группе*

***«Правила здоровья».***

Подготовил

воспитатель: Н.Б. Цветкова

март 2015 г.

***Интеграция образовательных областей:***

«Познание», «Коммуникация», «Здоровье», «Безопасность».

***Виды детской деятельности:***

Игровая, коммуникативная.

***Цель:***

Воспитание здорового образа жизни.

***Задачи:***

1. формировать у детей представления о зависимости здоровья от  выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья;

2.дать  знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия.

3. развивать познавательный интерес и речь.

4. воспитывать желание заботиться о собственном здоровье.

***Планируемые результаты интегративных качеств дошкольника:***

* Проявляет чуткость к художественному слову при знакомстве с загадками о предметах личной гигиены.
* Участвует в разговорах о сохранении здоровья.
* Отвечает на вопросы педагога.
* Правильно и быстро выполняет предложенные задания.

***Предварительная работа:*** отгадывание загадок, дидактическая игра «Полезно - вредно», рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение литературы.

***Оборудование:***

Мультимедийное оборудование, электронная презентация по теме «Где прячется здоровье?», цветок с корнями.

Ход занятия:

1. *Организационный момент.*

-Ребята, возьмитесь за руки, посмотрите друг на друга, улыбнитесь. Давайте друг другу пожелаем здоровья.

- Маша, я желаю тебе здоровья…

- И я вам всем желаю здоровья!

- Ребята, почему здоровье так важно для человека?  (ответы детей).

- Здоровье – это самое главное богатство, которое нужно беречь.

Наше здоровье можно сравнить с растением, например, с цветком, у которого много корешков, каждый корешок это правило которое нужно выполнять. Если правила выполняются, цветок растет и у нас всё хорошо со здоровьем. Но если цветок срезать, то и растение быстро завянет.

Давайте познакомимся с первым правилом, а как он называется,  вы догадаетесь рассмотрев картинку. (дети рассматривают картинку и приходят к выводу, что первое правило– спорт или физкультура.)**слайд №2**

- А вы сами выполняете физические упражнения? Где?

Ребята, давайте покажем, как мы тренируем мышцы своего тела.

 (ритмическая гимнастика в кругу).

Какие мышцы у вас стали?  (ответы детей).

Д: сильные, крепкие

В: А настроение?

Д: весёлое, бодрое

Чтобы больным не лежать надо спорт уважать, помните об этом ребята!

Спорт прибавил нам здоровья.

В:  Давайте проведём эксперимент.

(опыт – эксперимент с воздухом.)

Сейчас глубоко-глубоко вдохните и закройте рот и нос ладошками.

Что вы почувствовали? (не хватало воздуха).

А для чего нам необходим воздух? (Для дыхания)

                               Без дыханья жизни нет,

                               Без дыханья меркнет свет.

                               Дышат птицы и цветы,

                               Дышим он, и я, и ты.

- Ребята, чтобы быть здоровыми, нам ещё нужно уметь и правильно дышать. (упражнение на дыхание «Большой, маленький».

А где находится воздух? (на улице, в группе повсюду)

Давайте проверим.

В: Ребята, как вы думаете, что у меня находиться в пакете?  А что сейчас есть в пакете? – воздух.   **Слайд №3.**

Какой воздух полезен нашему организму?

Где много чистого воздуха?

- Так как же называется второе правило здоровья? (чистый воздух)

С: - Ребята, зачем человеку нужна еда? Как вы считаете?

Если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Давайте проверим и поиграем в игру «Вредно, полезно».

**Слайд №4.**

С: Молодцы! Какие вы ещё знаете полезные продукты?

Важно кушать полезную пищу – потому что она богата витаминами и сохраняет здоровье.

Скажите, как называется третье правило здоровья?

Дети: Полезная еда!

В: Сейчас внимательно рассмотрите картинки, чем занимаются дети?  .**Слайд №5.**

Дети: Закаляются.

В: Смолоду закалишься – на весь век сгодишься.

А как мы в группе закаляемся? (ответы детей).**Слайд №6.**

- Ребята, а для чего люди  закаляются? (ответы).

Какие вы молодцы!

Я вас научу делать массаж. – Крылья носа разотри- раз, два, три…..

Массаж укрепляет здоровье и является закаливающей процедурой.

 Теперь вы знаете название четвёртого правила здоровья. Это?

Дети: Закаливание.

С: - Ребята, у нас осталось еще одно важное правило. Хотите узнать его название?  Тогда вам надо отгадать загадки.

Лёг в карман и караулю:

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос. **(Н*осовой платок*)** .**(слайд №8).**

Гладко и душисто, моет очень чисто.

Нужно, чтоб у каждого было – Что, ребята? **(*Мыло*)** .**(слайд №9).**

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю. (***Мочалка)*** .**(слайд №10).**

Вытираю я, стараюсь

После бани паренька.

Всё намокло, всё измялось –

Нет сухого уголка. **(*Полотенце*)** .**(слайд №11).**

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. **(Р*асческа*)** .**(слайд №12).**

Кто считает зубы нам

По утрам и вечерам. **(З*убная щётка*)** .**(слайд №13).**

Каким общим словом можно назвать эти предметы? (предметы личной гигиены).

Как вы думаете, для чего нам нужны эти предметы? (ответы детей).

Дети: Чтобы быть чистыми**.** Как называется последнее правило? (чистота).

Давайте поиграем в игру «Что с чем дружит». .**(слайд №14).**

- С чем дружит нос…, туфли…, ногти…, волосы.., зубы..?

С: Как вы думаете, почему говорят: «Чистота – залог здоровья».

В: Я  уверенна, что вы сохраните своё здоровье.

Ребята, давайте вспомним, как называются все правила здоровья?

Почему важно соблюдать правила здоровья?

С:  Ребята, на прощание я хочу вам пожелать «Будьте здоровы!».