**План-конспект**

**интегрированной совместно-образовательной деятельности для детей среднего возраста**

**«Рецепты здоровья»**

**Цель:** формировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни.

**Задачи:**

* Закреплять знание детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, правильного питания, свежего воздуха, хорошего настроения.
* Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.
* Познакомить детей с элементами массажа, используя мячик «ёжик».
* Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

**Применяемые технологии:**

* Здоровьесберегающие технологии
* Пальчиковая гимнастика
* Дыхательная гимнастика
* Исследовательская деятельность

**Материалы к занятию:**

* Презентация «Волшебные боги с горы Олимп»
* Мячики ёжики» для массажа
* Игра «Вредно-полезно»
* Картинки иллюстрации для аппликации
* Листы для изготовления книги, клей, кисточки

**Результат:** создание книги «Рецепты здоровья»

|  |  |
| --- | --- |
| Воспитатель | Дети |
| Ребята, я вам сегодня хочу рассказать сказку и показать мультфильм (идёт презентация и одновременно воспитатель рассказывает сказку):  Сказка: *очень давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и они решили создать Человека и поселить его на Земле. Стали думать боги, каким должен быть человек? Первый бог сказал: «Человек должен быть сильным». Второй бог сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий бог сказал: «Человек должен быть умным». А четвёртый бог сказал: «Но если человек будет сильный, здоровый, умный, он будет как мы, боги». И тогда боги решили спрятать самое главное, что есть у человека – его здоровье! Но куда спрятать? Глубоко в море? Высоко в горы? Глубоко под землю? И решили боги спрятать здоровье в самого человека. Так и живут люди на земле, и каждый заботится о своём здоровье сам.*  Скажите ребята, что же нужно делать для того, чтобы быть здоровым?  Молодцы ребята, вы всё правильно назвали. Эти правила необходимо соблюдать и тогда мы будем здоровы.  Ребята, у меня ест знакомый фотограф и он мне прислал фотографии одного города. Рассмотрите эти фотографии. Как вы думаете, как называется этот город?  Как же помочь жителям этого города? Ведь их здоровью угрожает беда?  Посмотрите ребята, у меня есть фотографии и другого города. Рассмотрите их. Что вы можете сказать о жителях этого города?  Давайте пошлём эти фотографии в «Город Грязнуль». Я думаю, что им станет стыдно, и они будут любить свой город и заботиться о своём здоровье.  А теперь я вам предлагаю сесть за столы. Возьмите маленькие мячики «ёжики» и давайте помассажируем наши пальчики. Им скоро предстоит много работы.  «*Мячик я в руке катаю,*  *Взад – вперед его гоняю.*  *Я сожму его ладошкой,*  *И другой сожму немножко.*  *Пальчиками мяч кручу,*  *Поиграть я с ним хочу.*  *А теперь последний трюк*  *Мяч летает между рук»*  А теперь мы с вами сделаем настоящую книгу и назовём её «Рецепты здоровья».  Я сделала обложку, а вы сами сделаете странички. Перед вами на столе разные картинки: одни приносят пользу нашему здоровью, а другие вред. Вам нужно будет приклеить только те картинки, которые приносят пользу здоровью человека.  Воспитатель с детьми собирают книгу, рассматривают странички и еще раз повторяют, что полезно для здоровья. | Утром нужно делать зарядку.  Есть только полезную еду.  Заниматься спортом и закаляться  Гулять на свежем воздухе  Быть всегда в хорошем настроении.  Если заболеешь, вызывать врача.  Этот город называется «Город Грязнуль». Потому, что здесь живут грязнули.  Этот город можно назвать «Город Черноты». Потому, что здесь грязный воздух, грязная вода и кругом кучи мусора.  Этот город можно назвать «Город Микробов». Потому, что здесь много микробов.  Надо им написать письмо или рассказать, что они поступают плохо.  В этом городе на улицах чисто, здесь люди не мусорят.  В этом городе чистая река и в ней можно купаться.  В этом городе много деревьев, а значит там чистый воздух.  В этом городе туристы не оставляют мусор.  В таком городе приятно жить.  Дети проговаривают стихи и делают массаж  На этой картинке девочка чистит зубы. Это полезно и поэтому я приклеила эту картинку.  На этой картинке мальчик принимает душ. Это полезно для здоровья.  На этой картинке мальчик убегает от зубного врача. Он делает неправильно, и я не буду клеить эту картинку.  На этой картинке девочка катается на коньках. Это полезно для здоровья и поэтому я наклеила эту картинку. |