**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 закалятьсяГулять на свежем воздухеБыть 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 массажНа 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. |