В гостях у Мойдодыра

**Цель:** сформировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:** понимать задачу мероприятия и стремиться ее выполнить; составлять правила здорового образа жизни; следовать нормам здоровьесберегающего поведения.

**Метапредметные:**

Познавательные: выделять и формулировать познавательную цель; обсуждать правила здорового образа жизни, осознавать, что здоровье – главная ценность человеческой жизни.

Регулятивные: выполнять задания в соответствии с целью; отвечать на поставленный вопрос; делать выводы.

Коммуникативные: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; строить понятные для партнера высказывания.

**Личностные:** принимать установку на здоровый образ жизни.

**Тип мероприятия:** комплексное применение знаний и способов деятельности.

**Форма организации мероприятия:** познавательная командная игра

**Методы:** объяснительно – иллюстративный, частично – поисковый, оценки и контроля.

**Технологии:** здововьесберегающая, проблемный диалог, ИКТ

**Оборудование:** компьютер, проектор, колонки, кроссворд, разрезные карточки, жетоны, предметы личной гигиены, мешочки, иллюстрации, воздушные шарики, картонные медали.

Ход занятия

1. **Самоопределение к деятельности, настрой на работу.**

- Давайте скажем друг другу «Здравствуйте». Какое пожелание мы передали друг другу?

- Мы пожелали друг другу здоровья. Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Его не купишь ни за какие деньги. Поэтому девизом нашей игры будет народная поговорка «Здоров будешь – все добудешь.»

1. **Актуализация знаний. Постановка темы и цели.**

Сегодня мы отправимся в страну Здоровья. И побываем в гостях у сказочного героя. А кто он, вы узнаете, разгадав кроссворд.

**КРОССВОРД:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **М** | О | Ч | А | Л | К | А |
|  |  | П | О | Л | **О** | Т | Е | Н | Ц | Е |  |
|  |  |  | **Й** | О | Г | У | Р | Т |
| **Д** | У | Ш |  |  |
| З | Е | Р | К | А | Л | **О** |  |
|  | З | А | Р | Я | **Д** | К | А |  |
|  | М | **Ы** | Л | О |
|  | **Р** | А | С | Ч | Ё | С | К | А |

ВОПРОСЫ К КРОССВОРДУ:

1). Там где губка не осилит,

Недомоет, недомылит,

На себя я труд беру.

Пятки локти с мылом тру,

И коленки отмываю,

Ничего не забываю. (МОЧАЛКА)

2).Говорит дорожка-

Два вышитых конца:

-Помойте хоть немножко.

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня. (ПОЛОТЕНЦЕ)

3).Какой полезный кисломолочный продукт

 Начинается со слов «Чудо- …» продолжите фразу! (Йогурт)

4).Дождик тёплый и густой,

Этот дождик не простой:

Он без туч и облаков

Целый день идти готов. (ДУШ)

5). Мудрец в нём видел мудреца,

Глупец-глупца, баран –барана,

Овцу в нём видела овца,

А обезьяну – обезьяна…

Но вот подвели к нему Федю Баратова,

И Федя неряху увидел лохматого. (ЗЕРКАЛО)

6).С чего нужно начинать свой день, что нужно делать каждое утро, чтобы быть здоровым? (ЗАРЯДКА)

7).Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (МЫЛО)

8).Хожу брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. (РАСЧЁСКА)

- Давайте произнесём все вместе ключ кроссворда. (1 слайд)

 Я - Великий Умывальник,

Знаменитый Мойдодыр,

Умывальников начальник

И мочалок Командир!

- Мы отправимся в гости к Мойдодыру. Тема нашего сегодняшнего занятия: В гостях у Мойдодыра (2 слайд)

- Из какой сказки пришел к нам этот герой? (3 слайд)

- А кто знает, почему его зовут - Мойдодыр?

- В старину на Руси говорили, что вымыть чисто – значит оттереть до дыр всю грязь так, что человек светился. Значит, Мойдодыр очень любит чистоту и здоровье и следит за тем, чтобы все дети соблюдали правила личной гигиены. Он поможет нам узнать правила ЗОЖ.

**3. Работа в командах**.

- Вы будете работать в командах. Чтобы все задания выполнять правильно, нужно внимательно меня слушать. Желаю всем успеха.

- Для начала придумайте названия своим командам, выберите капитанов (чистюли, здоровячки, непоседы)

**1 конкурс «Режим дня»**

- На наше здоровье влияет режим дня.

Если будешь ты стремиться

Распорядок выполнять –

Будешь лучше ты учиться,

Лучше будешь отдыхать.

- Надо запомнить, что правильное выполнение режима, чередование труда и отдыха необходимы. Они улучшают работоспособность, приучают к аккуратности, дисциплинируют человека, укрепляют его здоровье.

Мойдодыр дает вам первое задание: правильно составить режим дня. (Каждой команде раздаются разрезанные полоски с перечнем режимных моментов. Надо выложить режимные моменты по порядку, чья команда выполнит быстро и правильно, та и победит). Команда – победитель получает жетон.

Проверяем правильность выполнения (слайд 5)

- Какое правило помог нам узнать первый конкурс Мойдодыра?

Соблюдай режим дня. (слайд 6)

**Конкурс 2 «Волшебный мешочек» (слайд 7)**

- ЗОЖ начинается с чистоты. Содержите в чистоте свое тело, одежду, жилище. Мойте руки с мылом, чистите зубы, принимайте душ. Дружите с водой. Именно вода помогает убрать всю грязь. Я вижу, что вы любите чистоту, порядок, следите за своим внешним видом, поэтому вы без труда справитесь со вторым заданием от Мойдодыра.

В мешочке предметы гигиены. Дети по очереди на ощупь отгадывают и называют предметы. За каждый правильный ответ команда получает жетон.

Игра «Да или нет»

Кого будит утром мама?

Просыпаться нужно рано

И в постели не лежать –

День зарядкой начинать.

Признавайтесь –ка, ребятки,

Кто утром делает зарядку?

Покажите ваши лица-

Не забыл ли кто умыться?

Знаем мы как дважды два,

Как нужна всему вода.

А сейчас прошу вас, Саши,

Коли, Нины и Наташи,

Тани, Ани и Серёжи,

Стасы и Никиты тоже,

Признавайтесь Толи, Любы,

Часто ль чистите вы зубы?

Молодцы, я вам всем верю,

Но ваши знания проверю.

Если дам совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши!

На неправильный совет

Говорите хором: «Нет!»

Постоянно нужно есть

Для зубов, для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший-

Вы похлопайте в ладоши!

Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем не вкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет? (НЕТ)

Говорила маме Люба:

- Я не буду чистить зубы.

Дырка в каждом, в каждом зубе.

Будет ваш каков ответ?

Молодчина Люба? (НЕТ)

Ох, неловкая Людмила

На пол щётку уронила.

С полу щётку поднимает,

Кто даст правильный ответ?

Молодчина Люда? (НЕТ)

Навсегда запомните,

Милые друзья,

Не почистив зубы,

Спать идти нельзя!

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили

И идёте спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать.

Это правильный совет? (НЕТ)

Запомните совет полезный:

Грызть нельзя предмет железный.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Чтобы зубы укреплять,

Полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет? (НЕТ)

Молодцы же вы, ребятки,

Коли, Вани, Иры, Лены,

Будет всё у вас в порядке,

Если будете соблюдать

Правила личной гигиены!

Какое правило помог нам узнать Мойдодыр?

Соблюдай правила личной гигиены. (слайд 8)

**4.Физкультминутка** Буги – вуги

**5. Продолжение работы в командах.**

**3 конкурс «Сила духа» (9 слайд)**

- Без двигательной активности невозможен ЗОЖ. Ребята, кто из вас ходит в спортивные секции? Какие?

- Спорт делает нас красивыми, здоровыми, смелыми, ловкими. Сейчас Мойдодыр проверит «силу духа» наших капитанов.

Необходимо надуть шарик. Победит команда, которая это сделает быстрее.

- Какое правило здорового образа жизни мы узнали?

В здоровом теле – здоровый дух (10 слайд)

**4 конкурс «Скрещенные слова» (11 слайд)**

Здоровый образ жизни немыслим без правильного питания. Наша пища должна содержать много витаминов.

«Скрещенные слова» Расшифруй несуществующие названия, которые зашифровал Мойдодыр.

Огурбузы (огурцы и арбузы)

Редисвекла (редис и свекла)

Чеслук (чеснок и лук)

Репуста (репа и капуста)

Сельдерошек ( сельдерей и горошек)

Моркофель (морковь и картофель)

Спаржовник (спаржа и крыжовник)

Баклачки (баклажаны и кабачки)

Помидыни (помидоры и дыни)

- Какое правило здорового образа жизни мы узнали?

Правильно питайся (12 слайд)

**6. Самостоятельное применение знаний.**

- У Мойдодыра в саду растет дерево Здоровья. На листочках написаны правила здорового образа жизни, давайте все вместе прочитаем и уберем лишние листики.

Каждый ребенок берет листочек, читает правило. Если оно верное, вешает на деверо.

1) Чистота – залог здоровья

2) Спорт – к здоровью ступенька.

3) Фрукты, овощи едим, соблюдаем мы режим.

4) Утром делаем зарядку – мы здоровы, мы в порядке.

5) Отдых, труд и физзарядка –

Со здоровьем все в порядке.

6) Каждый день ешь витамины –

Будешь умным, будешь сильным.

7) Чипсы – просто объеденье!

Все хрустим мы в упоенье!

8) Чистоту я не терплю, тараканов, мух люблю.

9) Ненавижу тряпки, щетки,

Я, друзья боюсь щекотки.

10) Чупа – чупсы я люблю,

Наслаждаюсь ими!

«Кока-колу» часто пью

С друзьями своими!

11) «Кириешки и хот-доги

Уплетем за обе щеки.

12) Суп «в стакане» – это круто!

Приготовлю за минуту!

13) Если ты про спорт забыл – ты здоровье загубил!

14) Про компьютер забывай, гири, кеды доставай!

15) Дружи с водой, купайся, обтирайся,

Зимой и летом спортом занимайся.

16) Здоровье – лучшее богатство.

17) Здоровье дороже золота.

18) Овощи и фрукты – лучшие продукты.

19) Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку!

20) Солнце, воздух, спорт, вода – наши лучшие друзья.

21) Вы здоровье берегите,

Спортом тело укрепите.

22) Пешком ходить – долго жить.

23) Спорт и туризм укрепляют организм.

24) Когда я ем я глух и нем.

25) "Сон лучше всякого лекарства.

26) "Чем тоньше талия, тем длиннее жизнь.

**7. Рефлексия.**

- Давайте подсчитаем жетоны и определим победителя в нашей игре.

- Ребята приготовили нам стихи.

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,

Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,

А с ними порядок, уют, чистота,

Эстетика. В-общем, сама красота!

Здоровье своё бережём с малых лет.

Оно нас избавит от болей и бед!

Мы здесь подрастаем, много играем

И набираем, естественно, вес!

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны!

Нам спорт с физкультурой

Как воздух нужны!

Мы откроем вам секреты,

Как здоровье сохранить!

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

Мы желаем вам, ребята,

Быть здоровыми всегда!

Но добиться результата

Невозможно без труда!

Постарайтесь не лениться!

Каждый раз перед едой

Прежде, чем за стол садиться –

Руки вымойте водой!

 И зарядкой занимайтесь

 Ежедневно по утрам.

 И, конечно, закаляйтесь –

 Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите,

По возможности, всегда!

На прогулки в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья!

Мы открыли вам секреты,

Как здоровье сохранить,

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

- Давайте встанем в круг. Я дарю это сердечко и желаю…(дети дарят друг другу сердечки и говорят пожелания).

- Полезными ли оказались советы Мойдодыра? За вашу хорошую и активную работу каждый из вас получает заслуженную награду. (раздаю медали детям)

- Мне понравилось как вы работали на занятии. Всем спасибо.