**План-конспект**

**интегрированной непосредственно образовательной деятельности с дошкольниками в средней группе общеразвивающей направленности**

**Тема: «Если хочешь быть здоров»**

**Интеграция образовательных областей**: физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Задачи:**

**Физическое развитие.**

Дать представления о составляющих здорового образа жизни: правильном питании, занятии физкультурой, соблюдении чистоты собственного тела. Уточнить представления о навыках гигиенического поведения: мыть руки перед едой, после туалета, в случае загрязнения, следить за чистотой тела , чистить зубы и тд. Способствовать формированию представлений детей об значимости для здоровья употреблении в пищу овощей и фруктов: яблок, лимонов, моркови, лука и продуктов питания: майонеза, кетчупа, кириешки, чипсов, молочных продуктов: молока, йогуртов, творога и тд. Подвести к пониманию значения физкультуры в укреплении здоровья. Развивать способность выполнять совместные действия с воспитателем, координировать слова с движением. Упражнять в умении энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, сохранять устойчивое положение тела при ходьбе по мягкой ленте, ориентироваться в пространстве: выполнять движение в заданном направлении. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью.

**Познавательное развитие**.

Обсудить с детьми информацию о явлениях, выходящих за пределы ближайшего окружения: здоровье человека. Обогатить представление, что здоровье соотносится со словом «здравствуй». Развивать умение сравнивать и группировать продукты питания по пользе для здоровья: полезные и вредные. Развивать умение отгадывать загадки, решать словесно-логическую задачу, размышлять о характерных особенностях предметов.

Закреплять умение считать в пределах 5. Закреплять умение называть числительные по порядку от 1 до 5, устанавливать количество предметов от 1 до 5. Уточнить представление о круге и овале.

**Речевое развитие.**

Способствовать развитию диалогической речи. Продолжать формировать у детей умение согласовывать слова в предложении при ответах на вопросы педагога. Развивать умение детей составлять рассказы о назначении предметов личной гигиены. Обогащать активный словарь посредством слов: здоровье, предметы личной гигиены, продукты питания. Формировать умение употреблять существительные с обобщающими значениями (овощи, фрукты, продукты питания, предметы личной гигиены). Подвести к пониманию слов: здоровье, предметы личной гигиены.

**Социально-коммуникативное развитие**.

 Продолжать работу по формированию доброжелательных взаимоотношений между детьми; создавать эмоционально-положительное отношение к игровым заданиям и результатам своей деятельности. Развивать коммуникативные качества: научить преодолевать барьеры в общении, умение выражать словам свои мысли, выслушивать ответы своих товарищей, не перебивая их..

**Предварительная работа:**

 Беседы о правильном питании, правилах гигиены своего тела; пользе прогулок на свежем воздухе, экскурсия в кабинет медсестры. Дидактические игры «Мой организм», «Здоровые зубы», «Режим дня»; игры-этюды «Вот как Галю одевали», «Куклу кормили», «Уж я косу заплету». И другие игры по мотивам детских стихотворений. Рассматривание фотографии детей, членов семьи в ходе совместного умывания, одевания, закаливания, уборки комнаты и квартиры.

Рассматривание серии картин «Хорошие, плохие привычки». Рассматривание муляжей полезных и не очень полезных продуктов, предметов личной гигиены.

Рисование «Полезные продукты», «Надо, надо умывать по утрам и вечерам»,

Лепка «Овощи и фрукты» (тесто, глина, пластилин).

Аппликация «Полезные и не очень продукты», «Любимые Фрукты»

 Чтение, К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», В.Зайцев «Я одеться сам могу», А. Борто «Девочка чумазая», Е.Благинина «Научу одеваться и братца», Я.Яхнин «Почему надо чистить зубы? » , В.Степанов «Сам»,

Прослушать аудиозаписи тематических детских песен «Зарядка», «Веселая компания», «Огород», «Утро».

**Методы и приемы:**

Практические: игровое упражнение, выполнение физического упражнения, Наглядные: показ предметов, рассматривание.

Словесные: беседа, вопросы, словесные игры, загадывание загадок, рассказ детей.

**Материалы и оборудование**:

Кукла Машенька, Цветок-здоровья, конверт с загадками, коробка с предметами личной гигиены (полотенце, мыло, зубная щетка, зубная паста, гель для душа, шампунь для волос, носовой платок, мочалка, расческа, ватные палочки). Мягкая лента и мягкие бруски, детский туннель. Блюда с овощами (лук, морковь) и фруктами (яблоко, лимон), продуктами питания (майонез, кетчуп, конфеты, лимонад, Кириешки, жевательная резинка, шоколад, чипсы, сок, йогурт, простокваша, молоко, творог). Подносы круглой и овальной формы. Сок на всех детей

**Формы организации совместной деятельности.**

|  |  |
| --- | --- |
| Детская деятельность | Формы и методы организации совместной деятельности. |
| Игровая | - Игровая ситуация: «Приход в гости Машеньки и пропажа лепестков у Цветка-здоровья ».Цель: Включение в игровую ситуацию- Игра «Раздели продукты»Цель: формировать умение сравнивать и группировать продукты питания по пользе для здоровья: полезные и вредные.  |
| Двигательная | - Упражнения в прыжках. Цель: Упражнять в умении энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.- Упражнение в ходьбе по мягкой лентеЦель: сохранять устойчивое положение тела при ходьбе по мягкой ленте.- Упражнение в пролезании через туннель.Цель: ориентироваться в пространстве: выполнять движение в заданном направлении. |
| Познавательно-исследовательская | - Игра «Будь внимателен»Цель: стимулировать внимание, обучение быстрому и точному реагированию на предлагаемую ситуацию. Уточнить представления о составляющих здорового образа жизни: правильном питании, занятии физкультурой, соблюдении чистоты собственного тела- Отгадывание загадок о предметах личной гигиены.Цель: Сформировать умение решать словесно-логическую задачу, размышлять.-Беседа о употреблении в пищу вредных продуктов.Цель: закрепление умение сравнивать и группировать продукты питания по пользе для здоровья: полезные и вредные. -Беседа о пользе прогулок на свежем воздухе.Цель: Уточнить представления о составляющих здорового образа и необходимости сохранять свое здоровье. |
| Коммуникативная | -Коммуникативная игра «Солнышко»:Цель: Создать положительный эмоциональный настрой.Вовлечь дошкольников в игровое общение со сверстниками.- Рассказы детей о предметах личной гигиены.Цель: Развивать умение детей составлять рассказы о назначении предметов личной гигиены. |

**Логика образовательной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Деятельность воспитателя** | **Деятельность воспитанников** | **Ожидаемые результаты** |
| 1 | Включение в игровую ситуацию Приходит Машенька (кукла).Воспитатель предлагает всем детям поздороваться с гостьей и друг с другом. Воспитатель поднимает вверх правую руку и предлагает всем опустить ладошку на его руку по кругу и громко сказать: «Здравствуйте!»Вопрос к детям:Ребята, что мы с вами пожелали друг, другу сказав слово «Здравствуйте»? Что такое «здоровье»?Предлагает научить Машеньку тому, что нужно делать, чтобы быть здоровой. | Включаются в игровые действия. Дети высказывают свои предположения, включаются в обсуждение, отвечают на вопросы воспитателя. | Создается положительный эмоциональный фон образовательной деятельности. Проявление активности в решении поисковых задач. |
| 2 | Проблемная ситуация.Обращает внимание детей на «Цветок-здоровья» и пропавшие лепестки.Вопрос детям:Что могло произойти? Куда же подевались все лепестки? Как же нам найти лепестки?Предлагает попробовать помочь цветочку. Для чего необходимо выполнить задания, и все лепестки отыщутся. | Дети высказывают свои предположения, включаются в обсуждение, отвечают на вопросы воспитателя. | Проявление активности в решении поисковых задач |
| 3 | Игра «Будь внимателен»Когда я назову то, что полезно для здоровья, что помогает нам, громко хлопайте. • Умываться,• забывать стричь ногти, • делать утром зарядку, • ходить в грязной одежде, • мыть руки,• ходить с растрепанными волосами, • чистить зубы, • долго сидеть перед телевизором,• кататься на санках, • есть немытые фрукты,• пылесосить, • делать прическу, • поздно ложиться спать, • купаться в речкеПредлагает пойти туда, куда зовет стебелек цветка | Выполняют игровые действия, соблюдая правила игры Находят первый лепесток, прикрепляют к стебельку. | Развивается внимательность, способность быстро реагировать.Выявляются представления о составляющих здорового образа жизни: правильном питании, занятии физкультурой, соблюдении чистоты собственного тела |
| 4 | Обращает внимание детей на странную коробку и письмо. Предлагает узнать, что там.  | Проявляют заинтересованность. | Создается положительный эмоциональный фон образовательной деятельности |
| 5 | Отгадывание загадок\*Резинка — АкулинкаПошла гулять по спинке.А пока она гуляла,Спинка розовая стала. \*Белая рекаВ пещеру затекла, По ручью выходит – Со стен всё выводит.\*Костяная спинка,Жесткая щетинка,С мятной пастой дружит,Нам усердно служит \*Очень скользкое оноНо не выпущу его я.Дело ясное вполне:Пусть отмоет руки мне. | Отгадывают загадки. | Формируется умение решать словесно-логическую задачу, размышлять. |
| 6. | Предлагает рассмотреть предметы личной гигиены, назвать их и рассказать для чего они предназначены.Вопросы детям:Когда нам нужно мыть руки? Какими из этих предметов должен пользоваться только один человек, а какими может пользоваться вся семья? Почему? Какого цвета лепесток?Который он по счету? | Вынимают по одному предмету из коробки, называют их и рассказывают о предназначении. Находят второй лепесток, прикрепляют к стебельку. | Формируется умение детей составлять рассказы о предметах личной гигиены и их назначении.Развивается умение самостоятельно отвечать грамматически правильным и полным ответам на вопросы. Закреплен навык порядкового и количественного счета в пределах 2 |
| 7. | Динамическая пауза  Ну-ка Маша не ленись На физкультуру становись!Предлагает показать Машеньке,что научились делать на физкультурном занятии.Вопросы к детям: Какого цвета лепесток?Который он по счету? | Дети идут по мягкой ленте, сохраняя равновесие, проползают сквозь туннель и перепрыгивают через мягкие кирпичики. Находят третий лепесток, прикрепляют к стебельку. | Смена видов деятельности, сохранение здоровья детейЗакреплен навык порядкового счета в пределах 3. |
| 8. | Игра «Раздели продукты»Предлагает детям рассмотреть продукты питания и разделить их на полезные и не очень. Вопросы детям:Что это? А всё ли здесь полезно для здоровья?Давайте поиграем и покажем Машеньке, что полезно, а что не очень. Мы разложим эти продукты на два подноса. Скажите, какой они формы?  | Рассматривают продукты, размышляют, делают логические выводыДети раскладывают продукты на два подноса  | Закреплены представления о круглой и овальной форме предметов. Развивается умение сравнивать и группировать продукты питания по пользе для здоровья: полезные и вредные.  |
| 9. | Беседа о употреблении в пищу вредных продуктов.Вопросы детям: Ребята, а Машенька расстраивается, что совсем нельзя есть конфеты и лимонад. Она говорит, что очень их любит. Как же быть? | Размышляют над поставленным вопросом, делают логические выводы. | . Формируется умение рассуждать, согласовывать слова в предложении при ответах на вопросы педагога |
| 10. | Предлагает детям выпить сок. Какого цвета лепесток?Который он по счету?Сколько всего лепестков мы нашли?  | Пьют сок, делятся впечатлениямиНаходят четвертый лепесток, прикрепляют к стебельку | Создается положительный эмоциональный фон образовательной деятельности.Закреплен навык порядкового и количественного счета в пределах 4. |
| 11. | Беседа о пользе прогулки на свежем воздухе.Вопросы детям: Почему полезно гулять?Как одеваться на прогулку, чтобы не заболеть?Какого цвета лепесток?Который он по счету?Сколько всего лепестков мы нашли? | Дети высказывают свои предположения, включаются в обсуждение, отвечают на вопросы воспитателя. Находят пятый лепесток, прикрепляют к стебельку. | Проявление активности в решении поисковых задачЗакреплен навык порядкового и количественного счета в пределах 5 |
| **20** | Рефлексия. Вопросы детям:- Чем мы сегодня занимались?- Что вам больше всего понравилось?Давайте подарим наш цветок-здоровья Машеньке, чтобы она не забывала то, что мы ей рассказали. | Отвечают на вопросы, делятся впечатлениями. | Формирование умения анализировать свою деятельность и деятельность других детей, взаимодействие с педагогом. |

**КОНСПЕКТ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Организационный момент** Коммуникативная игра «Солнышко»:

Ребята, давайте поздороваемся, скажем «Здравствуйте» друг другу.

Ведущий поднимает вверх правую руку и предлагает всем опустить ладошку на его руку по кругу и громко сказать: «Здравствуйте!»

Ребята, что мы с вами пожелали друг, другу сказав слово «Здравствуйте»? (Здоровья)

**Включение в игровую ситуацию**

Стук в дверь входит Машенька.

Здравствуй, Машенька, проходи, идем с нами играть.

Мы сегодня с ребятами поговорим о здоровье и о том, что нужно для того чтоб его сохранить. Вот ты, Машенька, знаешь, что нужно делать, чтобы не заболеть.

Давайте научим Машеньку, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Знаешь, Машенька, у нас в группе есть волшебный цветок «Цветок-здоровья». Он тебе поможет запомнить правила сохранения здоровья. Где же наш цветок?

Ой, что это, ребята, куда же подевались все лепестки? Мне кажется, я знаю, что произошло. Наш волшебный цветок завял от того, что многие люди забывают следить за своим здоровьем.

Как же нам лепестки найти? Давайте попробуем помочь нашему цветочку. Мы с вами выполним задания, и, я думаю, все лепестки отыщутся.

А для начала давайте вспомним, что нужно делать, чтоб оставаться здоровым?

**Игра «Будь внимателен»**

Когда я назову то, что полезно для здоровья, что помогает нам, громко хлопайте.

* Умываться,
* забывать стричь ногти,
* делать утром зарядку,
* ходить в грязной одежде,
* мыть руки,
* ходить с растрепанными волосами,
* чистить зубы,
* долго сидеть перед телевизором,
* кататься на санках,
* есть немытые фрукты,
* пылесосить,
* делать прическу,
* поздно ложиться спать,
* купаться в речке

Я вижу, что вы знаете, как сохранить своё здоровье.

Посмотрите, кажется, наш цветочек оживает. А вот и первый лепесток.(красный)

Смотрите-ка, стебелёк качается и мне кажется, он нас куда-то зовёт. Пойдем за ним! Посмотрите, куда привел нас стебелек. Что это здесь? Какая-то коробка. Да здесь письмо.

**Отгадывание загадок**

 Мы загадки отгадаем и в коробке что узнаем!

* Резинка — Акулинка
Пошла гулять по спинке.
А пока она гуляла,
Спинка розовая стала.

(Мочалка)

* Белая река
В пещеру затекла,
По ручью выходит –
Со стен всё выводит.

(Зубная паста)

* Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит

(Зубная щетка)

* Очень скользкое оно

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне:

Пусть отмоет руки мне.

 (Мыло)

* Вафельное и полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою –

Что это такое?

 (Полотенце)

* За волной волна,
Идет по полю борона,
Пшеницу разгребает,
Порядок соблюдает.

(Расческа)

Что же в этой коробке? Ребята, давайте расскажем Машеньке, какие принадлежности для умывания нужны, чтобы быть чистыми и здоровыми?

Зубная паста, мыло, губка, мочалка, зубная щетка, шампунь, полотенце

 (дети отвечают выбирая предмет со стола).

Правильно, здесь: зубная паста, мыло, губка, мочалка, зубная щетка, шампунь, полотенце....... Это – предметы личной гигиены.

А когда нам нужно мыть руки?

(каждый раз перед едой, после туалета, после прогулки, после сна …)

Ребята, а вот скажите мне, какими из этих предметов должен пользоваться только один человек, а какими может пользоваться вся семья? Почему?

Запомните носовым платком, зубной щеткой, полотенцем, мочалкой и расческой может пользоваться только один человек. Чтобы микробы одного человека не попали другому.

Вот видишь, Машенька, что нужно знать, чтоб сохранить здоровье. А эти предметы личной гигиены мы дарим тебе. Пользуйся на здоровье!

А на дне .... мы и нашли еще один лепесток.(Голубой) а который он по счёту? (второй)

Смотрите стебелёк качается дальше нас зовёт.

Машенька пошли с нами ребята, Машенька говорит, что устала и хочет передохнуть. А что нам помогает быть сильными и не уставать. (зарядка, занятия физкультурой )

**Динамическая пауза**

Ну-ка Маша не ленись

На физкультуру становись!

А теперь покажем Машеньке, что мы научились делать на физкультурном занятии.

Пройдем по ленте, сохраняя равновесие, проползем сквозь тунель и покажем, как мы научились перепрыгивать через предметы.

Смотрите, нашелся еще один лепесток. (Оранжевый) а который он по счёту? (третий)

А наш цветок зовет нас дальше!

Что это? (продукты питания)

А всё ли здесь полезно для здоровья?

А вы знаете, какие продукты полезны, а какие нет? Давайте поиграем и покажем Машеньке, что полезно, а что не очень.

**Игра «Раздели продукты»**

Дети раскладывают продукты на два подноса.

Скажите, какой они формы? (круг и овал)

На круглом подносе - мы расположим полезные для питания продукты, а на овальном – не очень полезные.

Вот посмотри, Машенька, и запомни, какие продукты можно есть без опаски, а какие нет.

Ребята, а Машенька расстраивается, что совсем нельзя есть конфеты и лимонад. Она говорит, что очень их любит. (Можно, но в маленьком количестве, иногда)

А лучше пить не лимонад, а сок. Ну-ка угощайтесь.

Смотрите, появился еще лепесток (зеленый). Который по счёту? (четвертый)

Сколько мы нашли с вами уже лепестков? (четыре)

**Беседа о пользе прогулки на свежем воздухе.**

Смотрите, наш цветочек зовёт нас дальше. Идем, посмотрим, куда же он нас ведет?

Мне кажется, что наш цветок зовет нас на улицу гулять. Как вы думаете зачем?

(Прогулка на свежем воздухе очень полезна для здоровья).

А Машенька мне говорит, что она недавно заболела после прогулки. Давайте расскажем ей, как не заболеть. (Одеваться по погоде)

Запомни это, Машенька.

Вот мы и нашли последний лепесток.(желтый). Который по счету? (пятый)

Давайте подарим наш цветок-здоровья Машеньке, чтобы она не забывала то, что мы ей рассказали.