

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
общеразвивающего вида Чуфаровский детский сад «Сказка»

*Интегрированное мероприятие
«Что нам помогает быть здоровым»
в средней группе*



Воспитатель первой
квалификационной
категории
Иванова Л.И.

04.04.2013г.

Цель:

Формировать знания о здоровом образе жизни, привитие навыков ответственного отношения к своему здоровью.

Задачи:

Способствовать формированию культурно – гигиенических навыков.

Формировать у детей представление о необходимости заботиться, о своём здоровье, о важности правильного питания, физической культуре.

Развивать познавательную активность, коммуникативные способности.

Способствовать развитию игровой деятельности.

Воспитывать потребность к здоровому образу жизни.

Предварительная работа:

Чтение художественной литературы Е. Благинина «С добрым утром», «Алёнушка», К. Чуковский «Мойдодыр». З.Александрова «Маша и каша».

Беседы: «Моё тело», «Полезные продукты», «Здоровая пища», «Физкультура и спорт рядом живут», «Будь здоров».

Сюжетно – ролевая игра: «Больница».

Оборудование:

чудесный мешочек с зубной пастой, зубной щёткой, мылом, полотенцем, носовым платком, салфетками.

Овощи на поносе: капуста, морковь, лук, чеснок, свёкла.

Фрукты: яблоко, лимон, мандарин, банан.

Дидактическая игра: «Времена года». Маски – шапочки: лягушки, цапля.

Музыкальный центр.

Ход занятия:

Воспитатель: Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно

Только надо знать

Как здоровым стать.

Сегодня об этом мы поговорим. Скажите, для чего человеку нужны глаза, уши, нос, язык? (Ответы детей)

Воспитатель: С помощью этих анализаторов мы ощущаем мир. А может ли человек жить без сердца, лёгких, печени, желудка? (Ответы детей)

Воспитатель: В организме человека всё взаимосвязано. И взрослые, и дети должны заботиться о своём здоровье. И мы сегодня поговорим о том, что нам помогает быть здоровыми. Предлагаю вам поиграть в игру «Чудесная коробочка».

Игра: «Чудесная коробочка». (В коробочке лежат предметы личной гигиены: мыло, зубная паста, зубная щётка, расческа, полотенце). Дети говорят для чего они нужны.

Ребёнок: Утром рано умываюсь

Полотенцем растираюсь

И от вас, друзья, не скрою

Зубы чищу, уши мою.

Воспитатель: Ребята, а для чего мы делаем утреннюю гимнастику?

Дети: Быть здоровыми, сильными, бодрыми.

Дети: 1.Зарядка всем полезна

Зарядка всем нужна

От лени и болезни

Спасает нас она.

2.Надо всем нам постараться

И привычку завести

Физкультурой заниматься,

Чтоб здоровыми расти.

(Под музыку дети выполняют ритмическую гимнастику.)

Воспитатель: Без еды мы не можем расти, двигаться. Чтобы быть здоровыми, нам нужна разнообразная пища: мясо, рыба, растительное масло, молочные продукты, овощи, фрукты. (На столе лежат овощи, фрукты)

Воспитатель: Какие овощи вы видите?

(Ответы детей: капуста, свёкла, морковь, лук, чеснок.)

Воспитатель: Эти овощи мы должны есть каждый день, потому что они богаты витаминами А, В, С.

Воспитатель: Давайте сегодня на обед приготовим овощной салат из нашинкованных овощей (из капусты, моркови готовим салат). Давайте его назовём «Витаминный салат».

Игра «Полезные и вредные продукты»

Воспитатель: Если я назову полезный продукт, вы хлопаете в ладоши, а если вредный – топаете ногами. (Творог, лимонад, сыр, чипсы, яблоко, овсяная каша, хрустики, борщ, морковь, торт, котлета, конфеты.)

Ребёнок: Чтоб здоровым быть и ловким

Я на завтрак ем морковку.

Суп и мясо – на обед,

А на ужин – винегрет.

(В группу к детям приходит ребёнок одетый не по погоде, рот завязан шарфом.)

Воспитатель: Куда ты идёшь?

Ребёнок: Гулять.

Воспитатель: Тебе очень тяжело двигаться, ты не вспотеешь и заболеешь. На прогулку надо одеваться по погоде А рот надо завязывать? Почему? (Ответы детей)

Дидактическое упражнение: «Одевайся на прогулку по сезону».

Воспитатель: Идёмте собираться на прогулку.

Ребёнок: Свежим воздухом дышите

По возможности всегда.

На прогулку в лес ходите

Он вам силы даст друзья.

Дети имитируют сбор на прогулку.

Воспитатель: Что мы делаем на прогулке? (Ответы детей).

Проводится подвижная игра «Лягушки и цапля»

Воспитатель: Что же значит быть здоровым? Заниматься спортом и физкультурой, делать зарядку, правильно питаться, ходить на прогулку.