Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №14 г. Беслана» Правобережного района РСО-Алания

****

Уроки здоровья

Средняя группа

Воспитатели: Гусова Н.Г.

Цораева Ф.Т.

2017 г.

**Конспект интегрированного занятия (развитие речи, валеология, окружающий мир) в средней группе: «Уроки здоровья»**

Цель:

Формировать у детей элементарные представления о бактериях и микробах, о пользе и вреде бактерий, о средствах защиты от болезнетворных микробов, формировать понимание важности заботы о собственном здоровье, закрепить простые способы борьбы с микробами и бактериями, способствовать формированию здорового образа жизни; способствовать профилактике и устранению вредных привычек; учить детей понимать, что человек болеет, когда не бережет свое здоровье.

Продолжать формировать у детей культурно-гигиенические навыки как важное средство укрепления физического здоровья.

[Развивать познавательную и творческую активность, связную речь](https://chudor.ru/logopedu/zanyatiya-logopeda), воображение, логическое мышление, стремление к самостоятельной деятельности; [продолжать накопление знаний детей](https://chudor.ru/vospitatelyu/zanyatiya-vospitatelya) о здоровье - сберегающие средства и техники; воспитывать дружеские отношения, взаимное уважение и взаимопомощь.

Словарная работа.

Обогащение: болезнетворные микробы, полезные и вредные бактерии, продукты питания, личная гигиена, микроскоп.

Активизация: мыло, полотенце, зубная паста и щетка, расческа, уборка.

Оборудование: иллюстрации по теме, пульверизатор с водой, салфетка, раздаточный материал для самостоятельной работы на каждого ребенка, проектор, экран.

Предыдущая работа: беседы с дошкольниками по формированию здорового образа жизни «Где живут микробы?», «Как защититься от микробов?», рассматривание иллюстраций, проведение утренней гимнастики, [занятий по физкультуре](https://chudor.ru/vospitatelyu/fizkultura-v-detskom-sadu).

Ход интегрированного занятия в средней группе

Воспитатель: К нам сегодня пришло много гостей. Давайте поздороваемся, пожелаем им много здоровья. Здравствуй……..

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, мы с вами сейчас здоровы?

Дети: Да, здоровы.

Воспитатель: а как вы это определили, по каким признакам?

Дети: у нас нет температуры, мы не чихаем и не кашляем.

Воспитатель: А как можно понять, что человек болен? Посмотрите на картинку. (слайд 1) Что с мальчиком?

Дети: Болит горло, чихает, кашляет, плохое настроение, у него температура.

Воспитатель: Ребята, а как вы думаете, почему мы начинаем болеть?

Ответы подвести к чиханию и кашлю, микробы попадают в организм.

 Основная часть.

Воспитатель. - Дети, мы с вами уже много говорили о микробах.

Большинство микробов для нас не опасны. Даже, наоборот, они бывают очень полезными. Например, с помощью некоторых микробов делают кефир, простоквашу, йогурт, творог, сыр и многие другие вкусные вещи.

- Некоторые микробы бывают очень вредными. Это те, которые селятся в организме. Но человеку не нравится жить с микробами, и он начинает с ними бороться. То время, пока идет борьба, называется болезнью. Чтобы было легче бороться, человек помогает себе. Он пьет лекарства, делает уколы.

**Исследовательская деятельность для дошкольников**

Давайте проведем эксперимент. Вот у меня в руке обычный пульверизатора, в который я налила кипяченой воды (могут ли микробы жить в кипяченой воде? Верно, нет). Но представьте себе, что этот пульверизатор - это больной человек, который чихает и кашляет. Если этот человек закрывает себе рот платком, то его слюна не разлетается повсюду. А если нет? Давайте проверим - выставьте все ладошки перед собой, а я нажму на пульверизатор, как будто человек чихнул. Что вы почувствовали? Верно, тоже самое происходит, когда человек чихает и не закрывает рот ладонью или носовым платком. Как еще к нам попадают микробы? (Ответы детей: Через грязные руки, одежду, невымытые фрукты и овощи, несвежие продукты и т.д.). Мы с вами уже знаем, что микробы очень маленькие и увидеть их можно только в микроскоп.

Воспитатель: Хотите мы с Вами поиграем в игру «Чистюльки и Грязнульки» Выбираются 2-3 ведущих, им мажутся ладошки блеском.

Детям сообщается, что блеск будет изображать микробов, ставших «видимыми»

Детям предлагается представить, что они не знакомы друг с другом. И за 2 минуты им надо перезнакомиться, то есть пожать друг другу руку как можно большему числу сверстников. По окончании знакомства проверяется результат: - было 2-3 человека с «грязными» руками, а теперь « Грязнулями» стали почти все.

(вытираем салфеткой руки)

**Заходит микроб** и громко чихает, не прикрывая рот.

Воспитатель: Кто это вы узнали его? Это же микроб. Он чихает и даже не прикрывает рот. А почему надо рот прикрывать?

Дети: Чтоб микробы на других не попали.

Макроб: А почему вы микробов боитесь?

Воспитатель: Мы не хотим болеть. Ребята, микроб превратился в монстрика.

И сегодня нас ждет очень важная задача. Нам необходимо его победить. Но вы должны знать, что победить его можно не только силой, но и умом и крепким здоровьем. Я хочу предложить вам вместе со мной послушать сказку и выполнить оздоравливающую, развивающую гимнастику, которая активизирует наш мозг. Микроб, а если ты не боишься, то можешь повторять с нами.

Микроб: Вам все равно меня не прогнать.

Воспитатель. - Ну что, готовы к бою?

**Кинезиологическая гимнастика для дошкольников (на экране) «Лесная поляна»**

**Микроб:** Ой уморили меня, но меня так просто не прогонишь.

Воспитатель : А сейчас нам необходимо выполнить важное задание - вспомнить, что издавна говорили о здоровье.

Упражнение «Пословицы слушай и продолжай»:

- Самое большое богатство - здоровье.

- Здоровье имеем - не заботимся, а потеряем - плачем.

- Нет счастья без здоровья.

- Здоровье - самое большое сокровище в жизни.

- Человек без здоровья, что дерево без корней.

- Здоровье за ​​деньги не купишь.

Воспитатель. - Как вы их понимаете? (Несколько пословиц дети объясняют)

Микроб: да неправда все это.

Воспитатель. – Микроб, тебе нас не одолеть. Наши дети знают очень много про здоровье. Ребята, я вам предлагаю поиграть в другую игру.

**Психогимнастика «Я Солнышко»**

Воспитатель. - Представьте себя солнышком. Солнышко это наше здоровье. Повторяйте: «Я Солнышко. Я круглое, гладкое, теплое. Когда рано просыпаюсь, я вытягиваю свои лучики и нежно ими всех приветствую. Когда я веселое - хорошо всем».

- Но, иногда, солнышко закрывают облака. Солнышко напоминает вам наше здоровье, а облака это наши необдуманные поступки, которые вредят нашему здоровью. Давайте поиграем и вспомним, что нам следует помнить.

Дидактическая игра «Солнышко - облака»

Детям дается задание назвать факторы или действия, которые могут повредить здоровью человека.

Воспитатель: на лучики положите картинки, которые помогают нашему здоровью, а на облака те, которые мешают.

(Дети выкладывают картинки с примерами на облака и лучики )

Микроб ходит вокруг и комментирует, мешает детям.

Воспитатель спрашивает детей, что означает каждая картинка и предлагает вместе с микробом сделать **веселую физминут**ку. (на экране)

Микроб: плохо мне, плохо. Сколько вы всего знаете.

Воспитатель: А мы пойдем дальше. Дети, послушайте загадку.

Мы одолеваем микробы -

Вирусы и все болезни!

Тот, кто нас принимает,

Всегда здоровым бывает! (Витамины)

Да, дети, это витамины! А где они находятся, вернее в чем? (Ответы детей). Во фруктах и овощах. А что можно сделать из фруктов и овощей? (Сок)

Упражнение на словообразование «Назови сок» (слайд)



Микроб: Зачем вам свежие витамины. Не надо их мыть. И свежими не надо кушать.

Воспитатель: Правильно Микроб говорит?

Дети: Нет фрукты и овощи должны быть чисто вымыты и быть свежими.

Воспитатель. Чтобы быть здоровыми, я вам предлагаю сделать еще такую гимнастику.

**Массаж ушных раковин**

Возьмем двумя пальцами за мочки

И потянем их немного. (5 р.)

Покрутите пальцами бугорок

Вверх - вниз.

Сделаем это охотно. (5 р.)

Пальчиками покрываем,

Танцуем и гуляем! (10 р.)

Опять ушки закроем,

Хорошо слышим и не слышим. (5 р.)

Чтобы головка не болела

И успокоиться мы умели -

Мы за ушками потрём

И тепло их разотрем! (5 р.)

С ушками мы играем,

По ушкам пальчиками хлопаем. (5 р.)

Микроб: Ой, мне совсем плохо. Погибаю я. Ухожу я от вас. Мне здесь плохо. Победили вы меня.

Дети прогоняют Микроба.

4. Итог

Ну что, дети, давайте мы с вами повторим основные правила, которые нужно соблюдать чтобы никогда не болеть и предотвращать болезнь (дети называют все правила здорового образа жизни - демонстрируем картинки на экране: делать зарядку, или заниматься спортом, соблюдать чистоту тела правильно питаться; мыть руки; мыть овощи, фрукты; чистить зубы: не переедать сладости; улыбаться: не есть грязные плоды ... (на слайдах)

Скажем дружно, вместе с вами:

Чтобы здоровым расти:

О здоровье нужно заботиться -

Со спортом дружить,

Чистоту любить -

Витамины употреблять

И о друзьях не забывать!!!

А за то, что вы такие Умнички, вы получите такие памятные медали о нашем занятии.