Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

«Детский сад общеразвивающего вида № 74»

***Конспект интегрированной непосредственной***

***образовательной деятельности по***

***познавательному и художественно-эстетическому развитию***

***(изобразительная деятельность – рисование)***

***на тему «Здоровье и здоровый образ жизни»***

***для детей средней группы***

Составитель:

воспитатель

Алексанян С.В.

**Программные задачи:**

1. *Обучающие:*

- Учить детей понимать и осознавать понятие здоровый человек.

- Уточнить и закрепить знания детей о навыках личной гигиены, выяснить назначение мыла, зубной щетки, расчески, полотенца.

- Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах.

2. *Развивающие:*

-Развивать любознательность, умение рассуждать, устанавливать простейшие причинно-следственные связи.

- Учить логически мыслить, усовершенствовать связную речь.

3. *Воспитывающие:*

- Формировать представления дошкольников о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания, правильного питания.

- Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, стремление вести здоровый образ жизни.

**Материалы:** карточки с иллюстрациями, модель солнца, прищепки - лучики, предметы гигиены (мыло, зеркало, расческа, полотенце, зубная щетка); картинки носа, уха, рта, глаза; сюжетные картинки с изображением режимных моментов, полезных и вредных продуктов питания, кукла Доктор.

**Ход работы**

***Воспитатель:*** Солнышко лучиком щечки щекочет, «Доброе утро» — сказать оно хочет, доброго утра, удачного дня! От солнышка и от меня.

Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. Здоровье — это счастье! Это когда ты весел и у тебя все получается, когда ничего не болит. Здоровье нужно всем — и детям, и взрослым.

Дорогие мои, сегодня я хочу вам рассказать одну очень интересную историю! В одной стране жил счастливый, сияющий мальчик, его звали Здоровячек. Потому что он был здоровым и никогда не болел. В той стране жил Бармолей, ему не нравился этот мальчик. Он решил отобрать у него здоровье и спрятать. Так и живет мальчик Здоровячек, пытаясь найти свое здоровье.

А что значит быть здоровым? А какой был мальчик? (ответы) а что еще сияет ярко? Правильно, солнышко! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке нашего организма.

Посмотрите вот оно. Какое оно? (грустное) Почему, как вы думаете? (у него нет лучиков). Вот сегодня нам нужно найти лучики и тогда здоровье вернется мальчику. Но не так просто найти и собрать все лучики, на пути нас ждут препятствия, которые мы должны преодолеть. Вы согласны? Тогда, мы отправляемся в путь.

И первое препятствие которое нам нужно преодолеть уже перед вами. Ребята, это тропа, которая ведет к поляне загадок. Нужно пройти эту тропу, выполняя правильно все движение.

*Выше ноги! Стой, раз, два! (Ходьба на месте.)*

*Плечи выше поднимаем,  
А потом их опускаем. (Поднимать и опускать плечи.)  
Руки перед грудью ставим  
И рывки мы выполняем. (Руки перед грудью, рывки руками.)  
Десять раз подпрыгнуть нужно,  
Скачем выше, скачем дружно! (Прыжки на месте.)  
Мы колени поднимаем —  
Шаг на месте выполняем. (Ходьба на месте.)  
От души мы потянулись, (Потягивания — руки вверх и в стороны.)  
И на место вновь вернулись*

***Воспитатель:*** Молодцы. Вот мы все и пришли на поляну. Посмотрите ребята, что ЭТО? (Картинки с изображением уха, глаза, рта, ладони).

*Д/и «Наши помощники»*

(Закрепить знания детей об органах слуха, зрения, обоняния и осязания. довести эксперименты) Закрыть глаза, а потом повторить движение; закрыть уши, а потом повторить сказанное слово; закрыть нос и не дышать. (Подвести детей к выводу, что человек, который не видит или не слышит, мало что может рассказать об окружающем; так же он не может не дышать).

***Воспитатель:*** Молодцы, ребята! С первым задание отлично справились, а вот и первый лучик получили!

Ребята, посмотрите какая яркая тропинка впереди. А кто-то стоит там и смотрит, давайте подойдем и узнаем кто нас ждет. О…Это наш доктор.

***Доктор:*** - Здравствуйте, ребята! Вы пришли ко мне в гости, в мою волшебную страну «Здоровей-ка». Скажите, что вы ищите? Я могу вам помочь и дать один лучик, если справитесь с моими заданиями. Готовы? У меня есть «Волшебный мешочек», чтобы узнать, что там лежит - нужно отгадать загадки. (Дети отгадывают загадки о предметах гигиены).

*Вафельное и полосатое,*

*Ворсистое и мохнатое,*

*Всегда под рукою –*

*Что это такое?*

***(Полотенце)***

*По утрам и вечерам*

*Чистит – чистит зубы нам,*

*А днем отдыхает,*

*В стаканчике скучает.*

***(зубная щетка)***

*Мною можно умываться.*

*Я умею проливаться.*

*В кранах я живу всегда.*

*Ну, конечно, я — …*

***(Вода)***

*Длинная дорожка,*

*Два вышитых конца,*

*Мягкая и чистая*

*После купания осушит меня.*

***(полотенце)***

*Что за чудное стекло,*

*На стене висит оно.*

*Если в него смотреть*

*Можно двойника увидеть.*

***(Зеркало)***

*Бывает семейным, хозяйственным, банным,*

*Бывает душистым иль не пахнет совсем,*

*Разного цвета, размера и формы любой,*

*Но скользким бывает только с водой!*

***(мыло)***

*Как ты выглядишь красиво!*

*Симпатично, очень мило,*

*Аккуратная причёска, помогла тебе...*

***(расческа)***

***Доктор***: Молодцы, все загадки отгадали, рассказали, для чего предназначены эти предметы гигиены и за это получаете второй лучик — лучик гигиены.

Второй лучик найден.

***Доктор:*** - Но у меня для вас есть еще одно задание! Я хочу проверить, насколько хорошо вы знаете продукты питания. Какие из них вредные, а какие полезные.

Д/и «Полезные и вредные продукты».

***Доктор:*** Молодцы, ребята! Ребята, я бы хотел продолжить путешествие вместе с вами и готов помочь вам найти оставшиеся лучики. А что еще нужно делать, чтобы быть здоровыми? Правильно, чтобы сильным стать и ловким нужно делать зарядку, заниматься спортом и танцевать. В народе говорят: «Физкультурой заниматься, здоровья набираться!» Это верно. Занятия физкультурой укрепляют наш организм и улучшают здоровье. Поэтому надо каждое утро делать зарядку играть в подвижные игры, а еще закалять свой организм: больше гулять. (дети получают третий лучик спортивный.)

***Доктор:*** Ребята посмотрите, картинки. Давайте внимательно посмотрим, что же на них изображено. Правильно это наш с вами распорядок дня или по-другому «режимные моменты». Давайте с вами разложим сюжетные картинки с изображением режимных моментов, и объясним важность того или иного процесса (пробуждение-умывание-зарядка-завтрак-занятия-прогулка на свежем воздухе-обед-дневной сон-полдник-прогулка-игры-подготовка ко сну-сон). дети получают четвертый лучик под названием «Режим дня».

*Гимнастика для глаз*

«Глазкам нужно отдохнуть. (Ребята закрывают глаза)

«Нужно глубоко вздохнуть». (Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты).

«Глаза по кругу побегут». (Глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

«Много-много раз моргнут» (Частое моргание глазами)

«Глазкам стало хорошо». (Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

«Увидят мои глазки все!» (Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка.)

***Доктор:*** За то, что мы размяли свои глазки, нам достается еще один лучик!

Ребята, ну и последнее задание, чтобы получить последний лучик, нужно нарисовать портрет солнышка.

*Рисование «Веселое солнышко»*

***Заключительная часть.***

***Воспитатель с доктором:*** Ребята, какое у вас настроение? Вам понравилось наше занятие? Я вижу, что понравилось, ведь на ваших лицах улыбка. А улыбка - это залог хорошего настроения. Улыбаясь, мы дарим друг другу здоровье и радость.

Мы проделали с вами большой путь, выполнили столько заданий и нисколько не устали, потому что соблюдаем - режим дня -правильно питаемся -заботимся о своем здоровье, теле -делаем зарядку, занимаемся спортом закаливаемся. Все это создает нам хорошее настроение. - Если вдруг случится, что у вас плохое настроение, вспомните про лучики здоровья, и оно обязательно к вам вернется. Посмотрите, солнышко тоже заулыбалось, радуется за вас, потому что вы нашли все лучики и вернули мальчику здоровье.

Так давайте дарить друг другу улыбки и хорошее настроение. Доброго вам здоровья!