**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №19 «Елочка» города Евпатории Республики Крым»**

**Конспект интегрированного развивающего занятия**

**для детей младшей группы**

**«Сохраним здоровье».**

**Воспитатель:**

**Тимоник А.В.**

**2017 г.**

Цель: способствовать формированию элементарных навыков и знаний здорового образа жизни.

Задачи:

Создание атмосферы, позволяющей детям чувствовать себя уверенно и спокойно;

Способствовать развитию коммуникативных умений;

Развитие способности выражать эмоциональное состояние;

Развитие потребности в чистоте и опрятности, необходимости занятий физическими упражнениями;

Закрепление навыков в умывании, в знании предметов туалета и их назначении;

Развитие наблюдательности, памяти, воображения;

Воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть здоровым красивым, чистым, аккуратным.

Предварительная работа

Проведение специального организованного обучения, работа всех режимных моментов по темам: «Предметы гигиены», «Мое тело»;

Чтение художественной литературы «Мойдодыр», К.Чуковского, «Девочка чумазая» А.Барто;

Рассматривание картинок с режимными моментами.

Оборудование: кувшин с водой, тазик, полотенце расческа, зеркало, посылка со средствами личной гигиены, мешочек, маски: собака, котенок, утенок, проектор видеоролик с чтением стихотворения А.Барто «Девочка чумазая», медали.

Музыкальное сопровождение: из мультфильма Маша и медведь, «Мойдодыр,» песня «Веселая зарядка».

Ход занятия:

1.Ритуал начала занятия «Круг друзей»

Дети встают в круг и выполняют действия:

Здравствуй правая рука,

Здравствуй левая рука,

Здравствуй друг,

Здравствуй друг.

Дружно встанем все мы в круг.

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

Сегодня к нам пришли гости. Давайте им подарим наши улыбки и скажем утренние волшебные слова: «Доброе утро». А теперь присаживайтесь на стульчики.

-Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. Кто хочет быть здоровым? А почему вы хотите быть здоровыми. Об этом и мудрые пословицы говорят:

Есть ли большая беда,

Чем болезни и нужда.

Я здоровье берегу,

Сам себе я помогу.

Как вы понимаете, что такое здоровье? Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается. А сейчас поговорим о том, как мы можем сами себе помочь укрепить здоровье. Как вы считаете, что вы можете сами сделать для своего здоровья? Заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины.

2. Вы знаете, ребята, я забыла вам сказать, когда я утром пришла, а вас ещё не было, мне принесли телеграмму и посылку. А прислал её главный начальник по чистоте-Мойдодыр.

Вот что пишет Мойдодыр:

В посылке находится то, что поможет вам быть чистыми, красивыми и здоровыми.

**Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

Дети наощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.  Затем воспитатель читает загадки и предлагает найти ответ среди предметов, которые дети достали из чудесного мешочка.

**Отгадывание загадок**

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.   (Мыло)

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, у медведей. (Расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит.      (Зубная щетка)

И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (Зеркало)

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка.            (Полотенце)

3. Дети встают возле стульчиков, выполняется динамическая пауза: -

Льётся чистая водица,

Мы умеем сами мыться.

Порошок зубной берём,

Крепко щёткой зубы трём.

Моем уши, моем шею,

на глазах мы хорошеем.

-Вот какие мы чистые и красивые.

(Дети садятся на стульчики) Включается проектор

4.Просмотр серии картинок с чтением стихотворения А.Барто «Девочка чумазая»

- Что девочка не умела делать? Почему ее руки были грязно-загорелые? Вот и к нам пришла гостья.

5. Д/и « Научим куклу умываться»

Инсценировка потешки «Вышло Оля погулять»

Воспитатель: -Раз, два, три, четыре, пять,

вышло солнышко опять.

-Раз, два, три, четыре, пять,

вышла Оля погулять.

(Полина несет в руках куклу")

**В:** Вот так Оля, вот так Оля. Не умылась Оля что ли?

**Оля:** А что такого?

**Воспит:** Вышли звери в огород, встали дружно в хоровод. Окружили Олю, не узнали что ли?

**Говорит собака Оле (Артур):** "Гав, гав, гав. Ты б пошла умылась что ли, гав, гав ,гав".

**Оля:** -Ну, вот ещё!

**Воспит:** И сказала Оле **утка**(Ульяна): "Кря, кря, кря. Видеть это, просто жутко, кря, кря, кря".

**Оля:** -Ну и подумаешь!

**Воспит:** Предложила Оле **кошка** (Лера.): "Мяу, мяу, мяу. Дай лизну тебя немножко, мяу, мяу, мяу".

**Оля:** Вот ещё!

**В:** Вот так насмешили, чуть Олю не умыли.

-Ребята, а вы тоже грязные выходите гулять? (ответы детей).

-Перед тем, как выйти на улицу, нужно обязательно посмотреть на себя в зеркало, всё ли в порядке.

Воспитатель обращается к кукле Оле: "Посмотри на себя в зеркало, ты наверно и умываться не умеешь?".

**Оля:** Не умею.

**В**: -Ребята, научим Олю умываться? (ответы детей).

-А что нужно, чтобы научить Олю умываться, подскажите ей, пожалуйста. (ответы детей: вода, мыло, полотенце).

ВЫНОСИТСЯ КУВШИН С ВОДОЙ, ТАЗИК, МЫЛО, ПОЛОТЕНЦЕ.

-Давайте представим, что перед нами настоящая раковина с умывальником.

Но что мы сделаем перед тем, как открыть кран с водой (надо закатать рукава, чтобы не намочить рубашку, платье).

-Правильно, нужно закатать рукава. Самир покажи Оле, как нужно закатывать рукава. А ты Оля смотри и делай как Самир.

**Чтение потешки (Софие)**

Руки надо с мылом мыть,

Рукава нельзя мочить.

Закатали рукава?

Здравствуй, мыло и вода!

Рукава закатали, теперь покажем Оле, как надо мыть руки, одна ладошка моет другую.

-Арина, покажи пожалуйста Оле, как ты моешь руки.

Воспитатель наклоняет кувшин с водой над тазиком, помогает Оле умыться.

-Сначала руки смочим водой, потом намылим мылом, потрём одну ладошку о другую, промоем каждый пальчик. А после этого смываем водой.

**Чтение стихотворения (Ветание)**

Каждый день я   
Мыло мою  
Под горячею водою  
И в ладонях поутру  
Очень сильно его тру:  
- Мойся, мыло, не ленись!  
Не выскальзывай, не злись!  
Ты зачем опять упало?  
Буду мыть тебя сначала!  
Р. Куликова

-Вот мы умылись, смыли с рук мыло, что нужно сделать? ( стряхнуть руки над раковиной и вытереть их полотенцем).

-Ваня, покажи Оле как надо стряхивать ручки.

-Вот теперь у нас Оля чистая, осталось её причесать. (помогаем Оле расчесаться).

ПОДВОДИТ ОЛЮ К ЗЕРКАЛУ:

-Теперь ты Оля чистая и красивая.

**Оля:** Спасибо вам, ребята. Я поняла, как важно следить за своей чистотой - это полезно и красиво.

**В:** Мы рады, что ты это поняла. Ведь если человек всегда ходит чистым, то он помогает своему здоровью.

-А вы ребята, запомнили, как правильно умываться?

-Давайте ещё раз повторим.

6. **Физкультминутка "Веселая зарядка"**

Солнце глянуло в кроватку.

Раз, два, три, четыре, пять.

Все мы делаем зарядку.

Надо нам присесть и встать.

Руки вытянуть пошире.

Раз, два, три, четыре, пять.

Наклониться – три, четыре.

И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку.

Дружно делаем зарядку. (садятся дети на стульчики)

7.Ой, а вот еще один подарок Мойдодыра.

**Дидактическая игра «Полезно – вредно»**

На большом листе бумаги (доске) изображены различные продукты питания (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. п.). Дети обводят зеленым маркером то, что полезно. Воспитатель объясняет почему нельзя есть чипсы и прочую вредную еду, почему сладости нужно есть умеренно.

Вспомните и назовите, какими полезными продуктами вас кормят в детском саду. (Дети перечисляют продукты из меню детского сада)

Вот вы ребята говорили, что надо закаляться. А как это, что нужно делать? 8.Послушайте стихотворение про закаливание:

Все, кто хочет быть здоров,

Закаляйтесь вы со мной.

Утром бег и душ бодрящий,

Как для взрослых, настоящий.

Чаще окна открывать,

Свежим воздухом дышать.

Руки мыть водой холодной.

И тогда микроб голодный

Вас вовек не одолеет.

Есть один очень простой способ закаливания, который можно делать каждый день. Это самомассаж. Послушайте это слово. Что такое «массаж»? Это поглаживание, растирание, надавливание. А первая часть слова «самомассаж» - «само», что обозначает? Что этот массаж человек делает себе сам.

**9.Самомассаж**

-Лобик мыли? Мыли, мыли1

Щечки мыли? Мыли, мыли!

Ушки мыли? Мыли, мыли!

Ручки мыли? Мыли, мыли!

Все помыли? Чистые теперь!

Открыть к здоровью дверь!

10.Вот мы с вами и узнали как сохранить свое здоровье , научили Олю умываться и мыть руки. Сделали зарядку, самомассаж, узнали о полезных продуктах.

-Вы сегодня отлично занимались. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же чаще дарить друг другу улыбки.

-Доброго вам всем здоровья!