

Интегрированное занятия в средней группе "Дерево здоровья" (с использованием ИКТ)



Выполнила: Степанова И.С.

Задачи:

- Формировать знания о здоровом образе жизни;
- Закреплять представления детей о разных видах спорта, о важности для здоровья занятий спортом;
- Продолжать формировать у детей понятия о важности соблюдения режима дня;
- Продолжать формировать культурно-гигиенические навыки;
- Воспитывать умение внимательно выслушивать педагога и своего товарища, отвечать на вопросы.

Материалы и оборудование:

Макет «Дерево здоровья», 5 яблочек с советами, презентация, зонтик.

Предварительная работа:

Спортивная разминка «Веселая зарядка»; дидактические игры «Волшебный мешочек», «Режим дня»; Беседа «Где прячутся витаминки?»; закаливающие мероприятия (массажная дорожка после сна, дыхательная гимнастика).

Ход НОД:

Игровая мотивация:

На фланелеграфе прикреплен макет ДЕРЕВА.

Воспитатель. Ребята, сегодня у нас выросло необычное дерево – «Дерево здоровья». А кто мне скажет, что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Ответы детей. Нужно правильно питаться, гулять, заниматься спортом, чистить зубы, умываться.

Воспитатель. Молодцы! Но, посмотрите, наше дерево растеряло все яблочки, а без них оно не может называться «Деревом здоровья», давайте вместе с вами соберем эти яблоки – они и будут нашими советами.

Воспитатель. Первый наш совет будет **ПРАВИЛЬНОЕ И ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ**. Ребята, а зачем нужно правильно питаться?

Ответы детей.

Воспитатель. Фрукты очень полезны, в них много витаминов.

А если мы будем питаться одними фруктами, это будет полезно для здоровья?

Ответы детей.

Воспитатель. Молодцы! Я вижу, что вы много знаете о правильном питании, но среди полезных продуктов есть и вредные. А что это за продукты, мы сейчас и узнаем.

Игра «Полезные и вредные продукты». Перед ребятами представлены разнообразные продукты. Ребенок отбирает продукты, которые считает полезными и перекладывает их на желтый поднос, а вредные на красный. Воспитатель спрашивает правильность выбора. (2 слайд)

Воспитатель. Вторым советом будет **ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ**. Ребята, скажите, а зачем нужно заниматься спортом?

Ответы детей.

Воспитатель. А как мы с вами занимаемся спортом?

Ответы детей. Делаем зарядку, занимаемся физкультурой, играем в подвижные игры, играем в футбол, в хоккей, катаемся на коньках, на велосипеде.

Воспитатель. Сейчас я узнаю, насколько вы дружны со спортом, я вам покажу картинки инвентаря спортсменов, а вы мне назовите сам вид спорта. (3 слайд)

Воспитатель. Ребята, что-то мы с вами засиделись, давайте сделаем веселую разминку. Разминка 3 минуты.

Мы устали, засиделись, *Одна рука вверх, другая вниз,*

Нам размяться захотелось. *Рывками менять руки.*

То на стену посмотрели,

То в окошко поглядели.

Вправо, влево, поворот, *Повороты корпусом.*

А потом наоборот.

Приседанья начинаем, *Приседания.*

Ноги до конца сгибаем.

Вверх и вниз, вверх и вниз,

Присесть не торопись!

И в последний раз присели,

А теперь на место сели. *Дети садятся.*

Воспитатель. Третьим советом будет называться **РЕЖИМ ДНЯ**. Для чего нам нужен режим дня?

Ответы детей.

Воспитатель. Мы в детском саду и дома живем по режиму дня. Ребята я вам покажу картинки, на которых изображен распорядок дня. Давайте поможем Незнайке составить правильный режим дня. (4 слайд)

Воспитатель. Ребята, следующий совет будет **ПРОГУЛКА**. Для чего нам нужна прогулка?

Ответы детей. Дышать свежим воздухом, двигаться, играть.

Воспитатель. Молодцы! Давайте мы тоже с вами немного погуляем и поиграем в одну интересную игру «Дождик-солнышко».

Подвижная игра « Дождик- солнышко». На слово «солнышко» ребята двигаются по группе, на слово «дождик» бегут к воспитателю под зонтик и прячутся. Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель. Последний наш совет будет – **ЗАКАЛЯТЬСЯ**. Что значит закаляться?

Ответы детей. Гулять в любую погоду, мыть руки прохладной водой, после сна делать разминку на дорожке.

Воспитатель. Прикрепляем последний совет, и наше дерево готово, теперь мы можем называть его «Дерево здоровья».

Воспитатель. Давайте, вспомним все наши советы. Посмотрите, у нас выросло еще одно дерево, но все советы разбежались, чтобы их собрать нам нужно их назвать. (5 слайд)

Воспитатель. Сейчас я проверю, насколько хорошо вы запомнили все полезные советы. Я вам буду называть совет, а вы скажите мне верно оно или нет. (слайд 6)

Ответы детей.

Воспитатель. Молодцы! Теперь мы с вами знаем все полезные советы и можем сами следить за своим здоровьем. А наше дерево поможет нам в этом.