

## Конспект интегрированного занятия «Спорт- это здоровье» в подготовительной к школе группе

*Интеграция образовательных областей:* «Познание», «Коммуникация», «Художественное творчество», «Физическая культура».

*Виды детской деятельности:* коммуникативная, познавательная, продуктивная, двигательная.

### **Задачи:**

**Образовательная:** Уточнить представление детей о здоровье человека и его составляющем

**Развивающая:** Развивать логическое мышление, речевую активность, и точность движения.

**Воспитательная:** Любознательность, и интерес к здоровому образу жизни.

Вызвать интерес в составление коллективной работы (газеты о здоровье)

**Материалы и оборудование:** (гуашь, кисть, салфетки, вырезки из журналов клей), компьютерная установка

### **Ход занятия:**

Воспитатель: Ребята, сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье. На какое слово похоже слово «здоровье»? Правильно, слово «здоровье» похоже на слово «здравствуй». Когда люди здороваются, они желают друг другу здоровья. Давайте поздороваемся и мы.

Воспитатель предлагает детям встать в круг. Коммуникативная игра «Здравствуй!»

Кому бы вы хотели пожелать здоровья? Ответы детей.

Воспитатель: А как это сделать без слов, при помощи рук?

Дети показывают: (рукопожатием, объятиями, похлопыванием по плечу)

Дети встают в круг и поочередно, произнося фразу, называя имя ребёнка.

Молодцы! вы теперь пожелали здоровья и себе и своему другу. Дети садятся на стульчики (использование экрана для рассказывания).

Воспитатель: Расскажу я вам старую легенду: «Давным-давно, на горе Олимп жили-были мудрецы. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек.

Один из мудрецов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать??? (в самого человека)». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов (мифология древней Греции)

Вопрос: Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Послушайте себя. Что значит быть здоровым? (ответы детей). На экране появляется изображение солнышка с лучами.

Воспитатель: Я открою вам маленький секрет. Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков. Эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма. Первый лучик вашего здоровья – это сила (открывается лучик СИЛА)

Воспитатель: Давайте проверим, много ли силы в ваших руках. Какие у вас крепкие мышцы. Самые сильные мышцы у (имя ребенка), посмотрите, ребята! Расскажи нам, пожалуйста, что ты делаешь, чтобы твои руки были сильными? (занимаюсь спортом, делаю зарядку)

Воспитатель: Молодец! Значит, чтобы быть сильными нужно заниматься спортом. А какой спорт вы знаете? (ответы детей)

А чтобы нам открыть второй лучик, давайте мы посмотрим и уберем картинку с деятельностью, которая лишняя (дети смотрят на слайд, выполняют задание на исключение четвертого) (остается только спорт).

На слайде появляется солнышко с лучиком СПОРТ.

Теперь мы с вами знаем, что нам для здоровья нужен спорт и сила.

А теперь вы все вместе покажите, как вы тренируете мышцы своего тела (выбегайте и вставайте в круг).

Кто зарядкой занимается,

Тот здоровья набирается! (выполняют физкультурные упражнения под музыку).

Воспитатель: Молодцы! Теперь я знаю точно, что вы у меня сильные и спортивные.

Скажите, а что нам еще нужно, чтоб мы росли здоровыми?

Чем мы должны питаться? (ответы детей).

Правильно! Мы должны есть здоровую пищу с витаминами (детям так же предлагается игра на исключение четвертого).

Появляется солнце с новым лучиком ВИТАМИНЫ

Воспитатель: Вы просто молодцы!

А вот посмотрите сюда:

Вопрос: Что там лежит? Сейчас мы увидим, кто там прячется! «Один, два, три невидимка из бутылочки беги» - опускайте бутылочка в воду.

Вопрос: Что за невидимка сидел в стаканчике? (ответ детей воздух)

Без дыханья жизни нет, без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы, дышим он, и я, и ты.

Давайте проверим, так ли это.

Опыт: Попробуйте глубоко вздохнуть, закройте ладошкой рот и нос. И не дышите.

Почему не смогли долго находиться без воздуха? Что вы почувствовали? (ответы детей)

Воспитатель: Правильно! Это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась – пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибнем.

Нам нужно дышать, и дышать мы должны правильно (носом, показать)

(открывается лучик КИСЛОРОД- содержится в воздухе )

Значит, для нашего здоровья важно еще и правильно дышать чистым воздухом.

Воспитатель: Ребята как вы думаете, а что еще нам нужно для нашего здоровья? Если мы занимаемся спортом, питаемся правильно, дышим правильно чистым воздухом?(...)

Наверно нам нужно еще и закаляться? Посмотрите (идет обсуждение картинок на экране) и открывается лучик ЗАКАЛИВАНИЕ.

Ну а следующий лучик мы откроем с помощью одного мудрого закона:

ЧИСТО ЖИТЬ - ЗДОРОВЫМ БЫТЬ! (лучик ГИГИЕНА).

Посмотрите, солнышко улыбается, радуется за вас, потому что мы нашли, куда боги спрятали наше здоровье. Значит здоровье - оказывается спрятано и во мне, и в тебе в каждом из нас. Молодцы, я была уверена, что вы сможете найти место, где спрятано Здоровье! Теперь вы знаете, что нужно, чтобы быть физически здоровым? (ответы детей). Молодцы!

Воспитатель: А сейчас я вам предлагаю для наших друзей сделать стенгазету и мы в ней расскажем что мы узнали о нашем здоровье, как его сберечь (дети под музыку оформляют стенгазету). Посмотрите, оно и подарок подарило нам (детям вручается сок)

