

Конспект открытого интегрированного занятия
«Путешествие в королевство Здоровья»
(Образовательные области: здоровье, безопасность, физическая
культура, музыка)

Дети входят в зал под музыку.

Воспитатель предлагает детям осмотреться, поздороваться с гостями..

Воспитатель: Ребята , а вы любите сказки?

Дети :Да

Воспитатель: И я тоже люблю сказки. А хотите, я вам расскажу одну сказку?

Дети: Да

Воспитатель: Тогда слушайте. Дети садятся на стулья, расставленные в ряд вдоль стены.. Воспитатель начинает рассказывать ...

В некотором царстве ,в тридесятom государстве, в королевстве Здоровья жила-была очень юная принцесса Здравушка. Жители королевства очень любили и почитали свою Здравушку , так как она была доброй и справедливой правительницей.

Здравушка во всём подавала положительный пример своим поданным . Она рано вставала и делала зарядку, соблюдала режим дня ,правильно питалась, любила трудиться и делать добрые дела, не теряла времени даром и вовремя ложилась спать.

Парки, улицы и дома всегда содержались в чистоте и порядке. «Чистота-залог здоровья! » -неустанно повторяла Принцесса.

Все жители заботились о своём здоровье : занимались физкультурой и спортом, соблюдали правила безопасности.

В общем, все в этом королевстве жили в мире и согласии, не болели и всегда пребывали в хорошем расположении духа.

Узнала про это злая Простуда. Усыпила Здравушку, да заточила её в подземелье. А ключи от двери тайно разнесла по разным концам королевства . Пришла беда в волшебную страну: забыли жители всё, чему учила их Здравушка, стали болеть и чахнуть.

И вот решили они просить помощи. Разослали гонцов по все края света . Вот и к нам сегодня утром пришло их послание:

Нам ребята помогите,
Здравушку освободите.
Поспешите поскорей ,
Отыщите семь ключей,
От замков тяжёлых
На дверях дубовых.

Тут к письму ещё прилагается карта, на которой указано, где нужно искать ключи. И написано:

Кто откликнется - пройдите Простуды испытания,
Примените дружбу, знания и свои старания.

Воспитатель: Ну что, ребята, поможем жителям королевства освободить Здравушку и вернуть Здоровье?

Дети: Да, давайте поможем.

Воспитатель: Тогда отправляемся в путь. А чтобы попасть в королевство Здоровья повторяйте вместе со мной волшебное заклинание.

Проводится разминка в виде выполнения детьми музыкально-ритмических движений под аккомпанимент музыкального руководителя.

Тили- тили, трали –вали, жителей заколдовали.

Будем мы ключи искать и принцессу вызволять.

Раз, два, три, четыре, пять: начинаем выполнять.

Детям предъявляется схема движения по залу: (треугольник: с движением по диагонали).

Дети бодро маршируют, затем переходят на пружинящий шаг.

После остановки музыки, воспитатель объявляет что дети попали в **1)ГОРОД ЧИСТОТЫ И ПОРЯДКА.** (на карте страны Здоровье помещается фишка-магнит в месте города.) по красной стрелке.

Воспитатель: ребята, почему важны чистота и порядок в доме?

Правильно, чтобы беречь и защищать своё здоровье. Если не убираться дома, то в лёгкие попадёт много пыли и это навредит дыханию. Если не мыть посуду и руки, есть и пить на улице без мер предосторожности, то в организм попадут микробы, что приведёт к кишечным заболеваниям. Если не убирать по местам вещи и игрушки, то это может привести к опасной ситуации (подвернуть или сломать ногу, уколаться, порезаться ножницами. запутаться в колготках и упасть. др), которая приведёт к травме. Посмотрите, на картинке нарисовано, как житель города домовёнок Непослуха наводит у себя дома порядок.

Предлагается картинка, где домовёнок все сложил не на свои места.

Дети уточняют, какие есть ошибки, затем воспитатель предлагает собрать правильные картинки на скорость.

Воспитатель: давайте поможем Непослухе и исправим его ошибки.

Посмотрим, кто быстрее справится с заданием.

Задание: « Выбрать из двух режимов дня правильный»

Воспитатель зачитывает детям режим дня здоровячка Хрустика и режим дня здоровИчки Клюковки.

Хрустик.

Я живу в деревне. здесь очень хорошо. Сплю долго. сколько хочу. потом ем что-нибудь вкусненькое и так наедаюсь, что опять хочется полежать. Потом смотрю телевизор, иногда читаю. В лесу у нас много комаров и я туда не хожу. А на речку идти далеко и жарко. Так вот отдыхаю. Поправился очень.

Клюковка.

Я тоже живу в деревне. По утрам встаю довольно рано. радуюсь солнышку и птицам . делаю зарядку и умываюсь. Люблю позавтракать молоком и свежими ягодами.

Я сама хожу в лес за черникой и земляникой. купаюсь в озере. А ещё помогаю бабушке в огороде. После обеда я рисую, читаю книжки. Играю с друзьями в саду. А после ужина хорошо засыпаю, как убитая! Я подросла , всегда весёлая и бодрая.

Дети выбирают и обоснуют свой выбор.

Детям выдается следующий ключ. И затем читается письмо от здоровячков, в котором говорится, что надо сделать, чтобы попасть на **4) поляну**

физкультуры и спорта за следующим ключом. Чтобы идти дальше, вы должны уметь хорошо дышать. Ведь правильное дыхание помогает как следует насыщать кислородом все внутренние органы и повышать сопротивляемость организма к простуде.

Музыкальный руководитель проводит музыкальную игру на  

Дети перемещают фишку по зелёной стрелке.

К детям выходит ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР СТРАНЫ ЗДОРОВЬЕ - воспитатель по физкультуре.

Здравствуйте. ребята. Вы знаете. что движение необходимо для здоровья. Ведь, двигаясь, укрепляются мышцы, развиваются ловкость, сила и выносливость, пластичность и дыхание, повышается настроение и появляется бодрость.

Поэтому я предлагаю вам пройти тренировку и получить следующий ключ здоровья.

Дети делятся на команды и с ними проводится эстафета.

По окончании выдаётся ключ и напутствие тренера.

Чтобы получить ещё один ключ, вам необходимо попасть в

5) ЗАМОК БЕЗОПАСНОСТИ. Ребёнок находит на карте по голубой стрелке замок .Ставит туда фишку.

Но, чтобы туда попасть нам нужно успокоиться. Поэтому лягте на ковёр-самолёт и закройте глаза. (Музыкальный руководитель ставит грамзапись - релаксационная музыка , а дети спокойно "летят".

Музыка стихает и дети встают.

Воспитатель: вот мы и прилетели. Воспитатель предлагает прочитать надпись, которая написана на плакате : **ЗДОРОВЬЮ НАДО ПОМОГАТЬ!**

Воспитатель: Ребята , мы в замке безопасности, как вы думаете, что может помочь нашему здоровью?

Правильно, выполнение правил безопасности поможет сохранить здоровье. Сейчас мы вспомним некоторые правила. а помогут в этом картинки-подсказки.

1) **опасные предметы**: гвоздь, иголка, таблетки (лекарство), ножницы.

Будь осторожен : дома много опасных предметов, надо правильно с ними обращаться!

2)**огонь**: спички, зажигалка, петарда.

Будь осторожен с огнём: не играй со спичками, газовой зажигалкой, петардами!

3)**электричество**: розетка, утюг, настольная лампа, магнитофон.

Будь осторожен с электричеством: не включай электроприборы без взрослых!

4)**ПДД**: знак пешеходный переход, машина, трамвай, жезл полицейского-постового.

Будь осторожен на улицах : соблюдай правила дорожного движения!

5)**вредные привычки**: шум - ухо, близко к телевизору - глаз, чтение лёжа, следи за правильной осанкой- скелет, драка, грязные руки.

Будь осторожен: не наноси вред своему здоровью и здоровью окружающих!

6) **вредные продукты**: конфеты, зубы, мороженое, чипсы, газировка.

Будь осторожен: не употребляй в пищу вредные продукты!

Воспитатель вручает ещё один ключ и предлагает:

Ребята. а теперь самое время поплыть на

6)**ОСТРОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**. ребёнок переносит фишку на карте по синей стрелке.

Музыкальный руководитель предлагает всем морякам занять место на корабле.

Дети исполняют танец " Бескозырка белая".

По окончании танца, дети садятся на стулья.

Воспитатель: Ребята, вы постоянно слышите ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ. А кто может сказать, что это значит?

Воспитатель: правильно. Обязательно нужно употреблять в пищу продукты, которые содержат витамины.

Витамины, если их не переедать, очень полезны для здоровья. Они улучшают рост, зрение, кожу, работу сердца, повышают остроту зрения, укрепляют сон, успокаивают нервы, заживляют раны и ссадины, оздоравливают весь организм и повышают сопротивляемость к болезням. Давайте назовём витамины, которые нам с вами уже известны: А, В, С, Е.

Воспитатель надевает на 4-х детей накидки с картинками-витаминами. Быстро делит детей на 4 команды и даёт задание: А сейчас вы выберете те продукты (картинки или муляжи!), в которых содержится ваш витамин.

А -
В -
С -
Е -

По окончании дети получают ключ.

А воспитатель предлагает:

Ну, чтобы уж точно быть здоровыми, я предлагаю отправиться

7) В ГОРОДОК ЗАКАЛЯЙКИНО.

Динамическая пауза под музыку. Проводит музыкальный руководитель. дети встают по схеме по кругу и выполняют ритмические движения.

Воспитатель: ну вот, посмотрите, сейчас в городке разместились фотовыставка! Вы узнаете себя? (фотогазета, как дети закаляются в группе)

Воспитатель: ребята, что вы делаете каждый день для того, чтобы ваш организм закалялся: гимнастика после сна- воздушные ванны, умывание прохладной водой, полоскание рта и горла прохладной водой, облегченная одежда в группе, прогулки на свежем воздухе, одежда по сезону на улицу. Скажите, что нам помогает закаляться?

Сила воли, стремление и желание быть здоровым, солнце, воздух, вода, соблюдение правил закаливания.

Воспитатель: Спасибо, вы ответили на мои вопросы о поэтому получаете последний седьмой ключ.

Наш путь заканчивается, мы приближаемся к подземелью.

Вот и заветная дверь, за которой спрятана Здравушка.

Давайте -ка ещё раз повторим, из каких составляющих состоит здоровье и вставим все ключи.

1. Чистота .
2. Радость.
3. Режим дня.
4. Физкультура.
5. Охрана здоровья.

6.Здоровое питание.

7.Закаливание.

Вставляются все ключи и открывается дверь (нарисованная на ватмане) и на развороте - Здравушка.

В зале появляется Принцесса Здравушка. Благодарит детей за своё спасение и спасение всего королевства Здоровья.

Угощает детей фруктами (полезными продуктами) И желает всегда помнить о своём здоровье!