**Итоговое занятие по проекту “ Неболейка”**

**“ Урок здоровья”**

**Цель: формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, мерах профилактики и охране здоровья.   
Задачи:  
Образовательные:**  
Совершенствовать знания детей о соблюдении режима дня, гигиенических процедурах.  
Закрепить умение определять полезные и вредные продукты питания.  
Закрепить знания о видах спорта.  
**Развивающие:**Развивать умение самостоятельно следить за своим здоровьем.  
Развивать мелкую моторику.  
Развивать внимание, мышление, коммуникативные качества.  
Воспитательные: Воспитывать потребность в занятиях физкультурой и спортом, в соблюдении правил здоровья.  
**Демонстрационный материал:**компьютер, видеопроектор, экран, музыкальный центр  
**Раздаточный материал:** обручи, муляжи овощей и фруктов.  
Методические приемы: игровая мотивация, беседа, загадки, стихи, показ слайдов, спортивная эстафета, подвижная игра, пальчиковая игра.  
**Ход непосредственно – образовательной деятельности:**  
Воспитатель: Ребята, к нам в дверь кажется кто - то стучит, кто же это? Воидите!!!*Заходит Доктор Айболит.*

**Доктор Айболит:** Здравствуйте, ребята, сегодня я решил написать книгу для всех детей на свете, которая будет называться «Великие тайны здоровья». Но боюсь, вдруг я что-то забуду. Мне необходима ваша помощь, что бы вы помогли мне вспомнить все тайны, которые помогают нам сохранить свое здоровье? Вы мне поможите?

Дети: - Конечно.

**Доктор Айболит:** А пришел я к вам не с пустыми руками, а вот с таким волшебным чемоданчиком, откроется чемоданчик, если вы ответите на вопрос:

**Что на свете дороже всего?**

-Правильно,здоровье дороже денег, его надо с детства беречь. Поэтому сегодня с вами мы познакомимся со способами, которые помогут нам сохранить и укрепить наше здоровье.

Воспитатель: - Ребята, кто может ответить, что такое здоровье?  
Дети: - Это сила, выносливость, хорошее настроение, бодрость, когда не болеешь.   
-Посмотрите, чемоданчик у Айболита открылся, что же там?(В чемодане диск.

Надпись: Этот видео-альбом «Секреты здоровья», поможет вам вспомнить все тайны и секреты здоровья.

Ну что, начнем листать наш видео - альбом и вспоминать все известные нам секреты здоровья. Показ слайдов презентации.  
**1 слайд** - 1 страница «Соблюдай режим дня!».  
Что такое режим дня? Для чего нужен режим дня? Что мы делаем каждое утро, чтобы размять мышцы? (зарядку) Зарядка – наш друг. По утрам не только ребята и взрослые делают зарядку. Зарядку делают даже, звери – это весёлая зарядка и называется она «Зверобика».  
Музыкальная зарядка «Зверобика». (выполняется в кругу).  
**2 слайд** - 2 страница «Имей полезные привычки!»  
Воспитатель: - Ребята, всем вам известно, что микробы – это наши злейшие враги. Что нужно делать, чтобы вредные микробы не попали к нам в организм?   
Дети: - Надо мыть руки с мылом после прогулки, общения с домашними животными и перед едой, после посещения туалета.  
Воспитатель: - Правильно! Мыть руки с мылом после прогулки, общения с домашними животными и перед едой. А еще существуют настоящие волшебные предметы, которыми всегда пользуются воспитанные люди. Угадайте, что это за предметы?   
Дидактическая игра «Угадай предмет».  
1. «Кусочек розовый, душистый!   
Потрешь его и будешь чистый!» (Мыло)  
  
2. «На палочке щетинка,   
К волосинке волосинка,   
Раскрой пошире губки –  
Почистит тебе зубки!» (Зубная щётка)  
  
3.«Красивая, ароматная   
И на вкус приятная,   
На йогурт похожа,   
Но для еды не пригожа!   
Только в рот её возмёшь,  
Добела зуб ототрёшь!» (Зубная паста)  
Воспитатель: - Молодцы! Все загадки разгадали. А теперь скажите, почему эти предметы волшебные?   
Дети: - Потому, что они помогают сберечь здоровье.  
Воспитатель: - Правильно! Потому, что они помогают сберечь здоровье. Нужно всегда соблюдать правила гигиены и будете здоровыми.  
Ребята, запомните эти слова –   
От простой воды и мыла  
У микробов тают силы.  
Чтоб микробам жизнь не дать,  
Руки в рот (вместе) не надо брать. (Ю.В. Аристова)  
**3 слайд** - 3 страница «Питайся правильно!»  
Воспитатель:   
- Чтобы крепким быть и сильным,  
Ешьте, дети, апельсины.  
Дыни, яблоки и груши,  
И салат любите кушать.  
Очень важные продукты –  
Это … (овощи и фрукты).  
Ребята! Это очень важный секрет: чтобы быть здоровым, сильным, бороться с микробами и не поддаваться болезням – нужно кушать овощи и фрукты. Ведь в них живут витамины, которые, как солдаты, охраняют наш организм от разных болезней.  
Дидактическое задание «Что можно приготовить из овощей и фруктов?»  
Воспитатель: - Ребята, что готовят из овощей?  
Дети: - Из овощей готовят вкусные салаты и гарниры (картофельное пюре, овощное рагу, тушеные кабачки и капусту).   
Воспитатель: - А что можно приготовить из фруктов?   
Дети: - Компот, варенье, кисель.  
Воспитатель: - Правильно! Фруктовый салат, фруктовый йогурт, варенье, джем, компот, фруктовое желе. Это очень вкусно!   
Динамическая пауза «Компот»  
Мы с друзьями в лес пошли, (Дети ходят по кругу.)  
Сладких ягод там нашли. (Повороты направо, налево.)   
Землянику и малину, (Наклоны вперед.)  
Целый кладезь витаминов. (Наклоны вперед.)  
Яблоки в саду нарвали, (Поочередно тянутся вверх руками.)   
Сливы, груши собирали. (Наклоняются вниз.)  
Фрукты бабушка помыла (Имитация движений.)  
И компот из них сварила.   
А из ягод для детей (Одной рукой «держат кастрюлю», второй   
Сварит ягодный кисель. «перемешивают ложкой кисель».)   
Пейте, дети, угощайтесь! (Машут в направлении себя руками.)  
И здоровья набирайтесь!   
Динамическая пауза «Фруктовая эстафета».  
Дети делятся на команды и по очереди переносят муляжи фруктов из одной точки (ферма, магазин) в другую точку (дом), преодолевая по пути препятствия.  
**4 слайд** - 4 страница «Будь осторожен – вредные продукты!»  
Игра на внимание «Определи правильно»  
Воспитатель: - Ребята, давайте проверим, какие вы внимательные. Я буду называть полезные и вредные продукты. Если я назову полезный продукт – вы хлопаете в ладоши, если назову вредный продукт – вы топаете ногами.  
Молодцы! Были очень внимательными!  
**5 слайд** - 5 страница «Занимайся физкультурой!»  
Воспитатель: - Правильно, ребята!  
Физкультурой занимайся,  
Чтоб здоровье сохранять,  
И от лени постарайся  
Побыстрее (вместе хором) убежать. (Ю.В. Аристова)  
-Сейчас мы проверим, дружите ли вы с физкультурой.  
Спортивная эстафета с препятствиями «Кто быстрее?»  
(ходьба между предметами, перепрыгивание « с кочки на кочку», бег)  
Молодцы, отлично справились с заданием!  
**6 слай**д - 6 страница «Занимайся спортом!»  
Воспитатель: - Любим спортом заниматься:  
Бегать, прыгать, кувыркаться.  
А зима настанет –  
На коньки мы встанем. (Ю.В. Аристова)  
Дидактическая игра «Что кому принадлежит?»   
Лыжи нужны… (лыжнику). Лыжные гонки.  
Коньки нужны… (фигуристу, хоккеисту). Фигурное катание, хоккей.  
Мяч нужен…(футболисту, волейболисту, баскетболисту). Футбол, баскетбол, волейбол.  
Клюшка и шайба нужны… (хоккеисту). Хоккей.  
Ракетка нужна… (теннисисту). Теннис.  
**7 слайд** - 7 страница «Закаляйся!»  
Воспитатель: - Ты зарядкой занимайся,  
Если хочешь быть здоров.  
И водою обливайся –  
Позабудешь (вместе) докторов. (Ю.В. Аристова)  
Ребята, что нужно делать, чтобы стать закалёнными?   
Дети: - Можно гулять на свежем воздухе, обливаться водой, ходить босиком.  
Воспитатель: - Молодцы! Купаться в море, речке, бассейне, заниматься физкультурой на свежем воздухе, ходить босиком. Но не всегда есть возможность побегать по траве босиком или искупаться в речке. Но есть такой замечательный способ закаливания, которым можно пользоваться каждый день, – утром или вечером, после душа, обтираться холодным полотенцем.  
**8 слайд** - 8 страница «Профилактическая прививка – залог здоровья!»  
Воспитатель: - Ребята, вы должны знать, что прививки по-прежнему остаются наиболее эффективной мерой предупреждения эпидемиологических заболеваний во всем мире. Прививка – это защита против инфекционных заболеваний. Вакцины защищают малышей от многих болезней, которые или тяжело протекают, или могут вызвать серьезные осложнения – грипп, корь, оспа, туберкулез и другие, а также от клещей.

Воспитатель: Вот и подошел к концу наш разговор, вы все большие молодцы, мы вспомнили все секреты здоровья и сможем помочь Доктору Айболиту.

Перед вами лежат страницы из книги доктора Айболита«Великие тайны здоровья» , тот кого я назову должен будет подойти назвать один из секретов здоровья и прикрепить в книгу доктора, называют эти секреты здоровья.

**Доктор Айболит:** Ой какие вы молодцы, ребята, помогли мне закончить мою книгу, но мне пора возращаться в Африку, наверное звери меня заждались.