***Тема: Быть здоровым здорово!***

***Цель:*** приобщение детей здоровому образу жизни

***Задачи:***

Закрепить ранее полученные знания по сохранению и укреплению здоровья, показать преимущества здорового образа жизни.

Развивать (коррегировать) внимание, мышление с помощью игр, развивать мелкую моторику рук.

Воспитать общую культуру здоровья.

***Оборудование:*** презентация, наборы карточек «Полезная и неполезная еда», «цветок здоровья».

***Ход занятия:***

1. ***Организационный момент.***

Каждый человек, приветствуя друг друга говорит слово здравствуйте.

- Кто знает значение этого слова?

Здравствуйте - это значит желать здоровья.

Давайте сейчас мы с вами встанем и пожелаем друг другу здоровья с улыбкой и добротой. И будем делать это каждый день. А теперь тихонечко садитесь.

1. ***Активизация детей к занятию.***

Сегодня на занятии мы с вами поиграем и попробуем вырастить необычный цветок. А какой цветок, узнаем, отгадав загадку.

Что дороже денег?

А отгадку вы узнаете, собрав слово из букв.

- Какое слово у нас получилось в выделенных клетках? (Здоровье)

1. ***Сообщение темы и цели занятия.***

- Сегодня будем говорить о здоровье, и растить Цветок здоровья. Тема нашего занятия: «Быть здоровым здорово!» **слайд 1**

Каждый лепесток нашего волшебного Цветка будет раскрывать секреты здоровья. Скажите, что нужно для того, чтобы вырастить красивый цветок? (Ухаживать, поливать) Вот так и здоровье нужно оберегать, заботиться о нем.

Здоровье – это счастье в жизни любого человека. Каждому из нас хочется быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранить бодрость, энергию и долголетие.

Что для этого нужно делать?

А) Ознакомление с общими представлениями о здоровье.

1. Представление гостей.

- Ребята, я не случайно заговорила о здоровье. Потому что к нам из страны сказок пришли два новых друга. Это гномы. **Слайд 2**

Они часто путешествуют, а сейчас прибыли к нам и попросили разрешения остаться на занятии. Ребята, можно гномам остаться с нами?

- Тога давайте знакомиться. Одного зовут Здоровяк, другого Растяпа.

Б) Объяснительная беседа по плакату.

- Ребята, мы познакомились с нашими гостями. Посмотрите и скажите где Здоровяк, а где Растяпа. Почему?

-Правильно, крепких, сильных, редко болеющих людей называют здоровыми.

- Я думаю он внимательно относится к себе, следит за тем, что происходит вокруг него, он не ест грязные овощи, не забывает делать зарядку, в холодную погоду не ест мороженое…

1. ***Раскрытие секретов здоровья.***

* ***Секрет 1***

Чтобы узнать первый секрет отгадайте загадку.

Вы не вымыли посуду?

Значит, скоро я прибуду.

Если пол вы не помыли –

Меня в гости пригласите.

Перестаньте убираться,

Окна мыть мыть, пол подметать.

Ненавижу тряпки, щетки,

Забиваюсь в уголки,

Там, где пыль и пауки.

Чистоту я не терплю,

Тараканов, мух люблю.

А микробов обожаю,

Кто же я такая? (Грязь)

А отгадку вы узнаете, когда соберете осколочные картинки.

- Что у вас получилось?

**Слайд 3**

Посмотрите на этого мальчика. Какой он грязный. Вы узнали его? (Мальчик из стихотворения К.И Чуковского «Мойдодыр») А давайте ребята ему поможем, расскажем с помощью чего можно бороться с грязью.

Для этого вам нужно решить следующие анаграммы.

**АНАГРАММЫ**

МЛОЫ (МЫЛО)

ШТЁКА (ЩЁТКА)

ЛМОЧАКА (МОЧАЛКА)

ЛОТЕНПОЕЦ (ПОЛОТЕНЦЕ)

АШПУМНЬ (ШАМПУНЬ)

**Слайд4**

Теперь он стал чистый. Первый секрет здоровья «Чистота залог здоровья»

* ***Секрет 2***

- Ребята, как вы думаете, без чего человек не сможет жить? (Без воды и без еды)

- Зачем человек кушает?

- А все ли продукты одинаково полезны для здоровья?

**Дидактическая игра «Полезные и неполезные продукты»**

У каждого ребенка на партах карточки с названиями продуктов. По очереди дети подходят к доске и прикрепляют под нужной записью «Полезные продукты» и «Неполезные продукты».

Слова для карточек: молоко, сало, морковь, чипсы, апельсин, конфеты, мёд, петрушка, яблоко, булочка, торт, помидор.

Второй секрет здоровья это Правильное питание.

**Физкультминутка.**

* ***Секрет 3***

Чтобы узнать третий секрет здоровья отгадайте загадку.

Это бодрость и здоровье,

Это радость и веселье.

Плюс хорошая фигура

Вот что значит … (Физкультура)

Что вы делаете на уроке физкультуры? (Занимаемся спортом, играем, тренируемся)

Спорт, игра, утренняя гимнастика - очень полезны для здоровья. Они делают нас сильными, крепкими, продлевают жизнь. А в какие игры вы играет? (Ответы детей)

А сейчас посмотрим, сможете ли вы догадаться, о каких предметах для игр идет речь в этих загадках. Слушайте внимательно.

*Не обижен, а надут,*

*Его по полю ведут.*

*А ударят – нипочем,*

*Не угнаться за …(мячом).* **Слайд 5**

- Какие игры знаете с мячом? (ответы детей)

*Это птица – не синица,*

*Не орёл и не баклан.*

*Эта маленькая птица*

*Называется … (волан)* **Слайд 6**

- Как называется игра с воланом?

*На снегу две полосы,*

*Удивились две лисы.*

*Подошла одна поближе:*

*Здесь бежали чьи –то … (лыжи)* **Слайд 7**

Третий секрет здоровья «Занимайся физкультурой!»

* ***Секрет 4.***

А четвертый секрет здоровья – это Режим дня.

**Дидактическая игра «Режим дня»**

*Работа в парах.* На партах конверты с изображением режимных моментов. Учащиеся должны их правильно расположить мо мере выполнения режима дня.

*Работа у доски.* То же самое задание 1 ученик выполняет у доски.

* ***Секрет 5***

Пятый секрет здоровья не поддаваться вредным привычкам.

- Какие вредные привычки вы знаете? (Куренье, алкоголизм)

Посмотрите на картинку, как куренье может повлиять на человека.

**Игра «Найди различия»**

**Слайд 8**

На экране изображение курящего и некурящего человека. Надо найти отличия, как может куренье повлиять на человека.

А как вы думаете, достаточно ли только знать правила здорового образа жизни?

Эти секреты приносят пользу только тому, кто живет по этим правилам. О таком человеке говорят, что он ведет здоровый образ жизни.

Упражнение на коррекцию анализа и синтеза.

Н доске зашифровано слово

**З Д О Р О В**

А) задание «Поможем гному» **Слайд 9**

- Ребята, мы вместе поможем второму гному, Растяпе, стать таким же сильным, здоровым как Здоровяк. Итак, начнем помогать. Я буду задавать вопросы, а вы постарайтесь давать такие ответы, чтобы они принесли пользу нашему гному. За каждый полный ответ будет открываться 1 квадрат, а когда все слово откроется, то значит мы с вами помогли гному.

ВОПРОСЫ

1. Как выглядит больной человек?
2. Что нужно сделать, чтобы не заболеть?
3. Как нужно одеваться в холодное время года/?
4. Можно ли есть грязные, немытые фрукты и овощи?
5. Что нужно делать перед едой?
6. Что нужно делать утром?

- Давайте вместе прочитаем слово, которое у нас открылось. Аэто значит, что мы с вами вылечили Растяпу.

**ИТОГ.**

Посмотрите, какой цветок здоровья у нас получился?

**Слайд 10**

Я рада за вас! Как много вы знаете о здоровье! А чтобы Растяпа все запомнил, давайте повторим секреты здоровья.

**Слайд 11**

Чтобы быть всегда здоровым,

Бодрым, стройным и веселым,

Дать совет я вам готов,

Как прожить без докторов.

Надо кушать помидоры,

Фрукты, овощи, лимоны,

Кашу утром, суп в обед,

А на ужин винегрет.

Надо спортом заниматься,

Умываться, закаляться.

Лыжным бегом увлекаться

И почаще улыбаться.