Конспект интегрированного занятия во второй младшей группе:

«Путешествие в страну Здоровляндия»

Цель: формировать у детей навыки здорового образа жизни, учить заботиться о своем здоровье.

Задачи:

• Приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой;

• Закреплять знания о необходимости быть чистыми, а также пользе витаминов и их значении для жизни и здоровья человека;

• Развивать познавательно - эмоциональный интерес, двигательную активность детей;

• Воспитывать желание быть здоровым, интерес к пальчиковой, дыхательной гимнастике, уважительное отношение друг к другу.

Ход занятия.

(Дети заходят в группу, на стуле сидит Мишка и плачет)

В: - Здравствуй, Мишка! (Мишка плачет)

В: - Не плач, успокойся, поздоровайся с ребятами:

Здравствуй солнце золотое,

Здравствуй небо голубое,

Здравствуй вольный ветерок,

Здравствуй беленький снежок.

Здравствуйте ребятишки -   
Девчонки и мальчишки!

Здравствуйте я Вам скажу,

Всех я Вас приветствую.

В: - Ребята, а Вам не кажется странным, на улице зима, а Мишутка не спит.. Мишка, что случилось? Почему ты не спишь?

М: - Я проснулся, а у меня сильно болит животик и я кушать хочу...

В: - Мишутка, наверное, ты летом и осенью не правильно питался и совсем не занимался спортом, и именно по - этому так и произошло...

М: - А вы научите меня, что нужно делать, чтобы животик не болел и чем нужно заниматься, чтобы расти здоровым.

В: - Ребята, научим Мишку?

В: - Мы сегодня, как раз с ребятами собрались в путешествие в страну «Здоровляндия», полетишь вместе с нами?

М: - Да, с огромным удовольствием.

В: - Полетим мы с Вами в путешествие на воздушном шаре... Но для начала его нужно подкачать..Полетели..

В: - И вот наша первая остановка «Спортивная». Скажите мне, пожалуйста, с чего начинается наше утро?

Д: - С зарядки

В: - А для чего по утрам необходимо делать зарядку?

Д: - Чтобы проснутьс, зарядится бодростью на весь день.

М: - А Вы научите меня делать зарядку?

В: - Конечно научим, вставай, Мишутка вместе с нами

Раз - два - три -четыри - пять

Начинаем отдыхать (потянуться)

Спинку бодро разогнули,

Ручки к верху потянули!

Раз и два, присесть и встать,

Чтобы отдохнуть опять.

Раз и два вперед нагнуться,

Раз и два назад прогнуться.

Вот и стали мы сильней,

Здоровей и веселей.

В: - Молодцы, ребята!

М: - И правда, мне кажется у меня прибавилось и сил и энергии на весь день. Ну, теперь я каждое утро буду делать зарятку. Спасибо Вам большое. А достаточно только зарядки или ещё чем - то надо заниматься, чтобы стать сильным, ловким и смелым?

Д: - Еще необходимо заниматься спортом, гулять на свежем воздухе..

В: - Молодцы, ребята, ну а нам пора отправлятся дальше. Пойдемте, прогуляемся пешком:

По дорожке ты шагай,

Ноги выше поднимай.

И немножко поскачи

Только друг мой, не спеши.

На носочках ты шгай,

Свою спинку выпрямляй.

И попрыгай по дорожке,

Хороши пружинки - ножки.

Дальше веселей шагай,

Маршируй, не отставай.

В: - Следующая остановка «Чистюлино».

-Ребята, посмотрите, какое необычное дерево растет в этом городке, что же за предметы на нем растут?

Д: - Зубная щетка, зубная паста, разческа, мыло, полотенце.

В: - Я никогда не встечала таких волшебных деревьев в нашей стране, такое необычное дерево может расти только в стране «Здоровляндия».

М: - Интересно, для чего нужны все эти предметы?

Д: - (ответы детей)

В: - Ну а сейчас мы с Вами поиграем в игру «Волшебный мешочек», я Вам буду загадывать загадки, а Вы этот предмет должны достать из мешочка.

Загадки:

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится! (Мыло).

В: - Мишутка, а мы сейчас с ребятами научим тебя мыть руки и умываться:

Мы намыливаем ручки

Раз, два, три

Раз, два, три

А над ручками, как тучки,

Воду в ручки набираем,

Грязь мы с личика смываем.

И не будем трубочистом

Личико мы моем чисто.

Ручка есть, а ножек – нет.

А зубов – не счесть!

Но не нужен ей обед:

Не умеет есть.

Не акула и не тигр,

Не для кухни, не для игр.

"Для чего?" – тогда вопрос. –

Ну, конечно, для волос! –

Зубы – длинные полоски,

А зовут её – … (расчёска) !

Она у каждого своя,  
 Чужую брать никак нельзя.  
 Она почистит зубы ловко,  
 Волшебница — *(зубная щетка*)

М: - Молодцы, ребята, все загадка огадали. Ну теперь то я знаю, чтобы быть здоровым, мы должны ухаживать за воим телом, нужно чистить зубы, умываться, расчесываться. В: - Ну а нам пора дальше в путь..

Пойтемте скорей:

- По ровненькой дорожке

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки...Раз, два...

По камушкам, по камушка..

В ямку бух, вылезли из ямки...

В: - Ребята, вот мы с Вами и пришли и наша следующая остановка «Витаминная».

М: - Какая вкусная конфетка, а главная полезная на столе лежит, можно я её съем?

В: - Ребята, а Вы как думаете, что будет, если Мишка съест такую большую конфету?

(Ответы детей)

В: - Девочки, а сейчас возьмите, пожалуйста, со стола полезный продукт. А теперь мальчики. (Выслушиваем детей, они рассказывают почему они выбрали именно эти предметы)

В: - Ребята, а вот эти продукты которые остались на столе можно кушать? (Ответы детей)

М: - Ну теперь я знаю, какие продукты нужно кушать, чтобы расти здоровым.

В: - Ну а нам пора возвращаться в детский сад.

(Раз, два, три ..вокруг себя покрутись и в детском саду очутись)

В: - Мишутка, ну теперь то ты знаешь, как надо ухаживать за собой и что нужно кушать, чтобы быть здоровым?

М: - Да, теперь я знаю, для того чтобы быть здоровым мне надо заниматься спортом, правильно питаться и ухаживать за свом телом. Мне пора возвращаться в лес. Я для Вас приготовил вкусный и полезный подорок.

В: - До свидания, ребята!!!

| **Здравствуй солнце золотое,**  **Здравствуй небо голубое,**  **Здравствуй вольный ветерок,**  **Здравствуй беленький снежок.**  **Здравствуйте ребятишки -  Девчонки и мальчишки!**  **Здравствуйте я Вам скажу,**  **Всех я Вас приветствую.** | **Раз - два - три -четыри - пять**  **Начинаем отдыхать (потянуться)**  **Спинку бодро разогнули,**  **Ручки к верху потянули!**  **Раз и два, присесть и встать,**  **Чтобы отдохнуть опять.**  **Раз и два вперед нагнуться,**  **Раз и два назад прогнуться.**  **Вот и стали мы сильней,**  **Здоровей и веселей.** |
| --- | --- |
|  | **По дорожке ты шагай,**  **Ноги выше поднимай.**  **И немножко поскачи**  **Только друг мой, не спеши.**  **На носочках ты шгай,**  **Свою спинку выпрямляй.**  **И попрыгай по дорожке,**  **Хороши пружинки - ножки.**  **Дальше веселей шагай,**  **Маршируй, не отставай.** |
| **Ускользает, как живое,**  **Но не выпущу его я.**  **Белой пеной пенится,**  **Руки мыть не ленится! (Мыло).** | **Она у каждого своя,  Чужую брать никак нельзя.  Она почистит зубы ловко,  Волшебница — *(зубная щетка*)** |
| **Мы намыливаем ручки**  **Раз, два, три**  **Раз, два, три**  **А над ручками, как тучки,**  **Воду в ручки набираем,**  **Грязь мы с личика смываем.**  **И не будем трубочистом**  **Личико мы моем чисто.** | **Ручка есть, а ножек – нет.**  **А зубов – не счесть!**  **Но не нужен ей обед:**  **Не умеет есть.**  **Не акула и не тигр,**  **Не для кухни, не для игр.**  **"Для чего?" – тогда вопрос. –**  **Ну, конечно, для волос! –**  **Зубы – длинные полоски,**  **А зовут её – … (расчёска) !** |