**ГКОУ ВО «Фоминская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат»**

**Конспект занятия по теме:**

**«БУДЬТЕ**

**ЗДОРОВЫ!»**

**Подготовила и провела**

**воспитатель**

**Дмитриева Э. В.**

**Цель:**

Закрепить начальное представление о здоровье и здоровом образе жизни.

**Задачи:**

* Формировать представление **детей о здоровье** как одной из главных ценностей человеческой **жизни**.
* Развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни.
* Коррекция и развитие мыслительной деятельности путём выполнения игр - упражнений.
* Коррекция и развитие слухового восприятия через рассказ воспитателя.
* Обогащать и активизировать словарный запас по теме занятия.
* Развивать тактильные ощущения, **словесно-логическое мышление**, память, грамматически правильную речь, умение отвечать на вопросы взрослого.
* Развивать эмоциональное восприятие.
* Закрепить основные понятия: личная гигиена, закаливание, полезные продукты, распорядок дня.
* Воспитывать желание заботится о своем здоровье.

**Педагог:**

- Ребята, сегодня к нам на занятие пришли гости, давайте с ними поздороваемся *(дети здороваются и садятся на места)*

А знаете, ребята, что вы не просто поздоровались, а пожелали нашим гостям здоровья. Русская народная пословица гласит: «Здороваться не будешь, здоровья не получишь!»

Андрей нам сейчас расскажет, что означает слово «здравствуй»:

*- Что такое «здравствуй»?*

*Лучшее из слов.*

*Потому что «здравствуй»*

*Значит «Будь здоров!»*

Вот именно так мы и назовём наше занятие **«БУДЬ ЗДОРОВ!»**

И поговорим мы сегодня с вами о ЗДОРОВЬЕ. Кто мне скажет, что такое здоровье? *(отсутствие болезней и хорошее настроение)*

Я предлагаю вам не просто поговорить о здоровье, а устроить представление всем на удивление?  
*Звучит песня из мультфильма «Чучело - мяучело»*

**«Утро начинается, начинается!»**

**Доктор - педагог:**

- Жизнь в деревне идет гладко:

Все уж сделали зарядку,

Ключевой водой умылись, молочной кашей подкрепились,

А теперь взялись за дело, все идет у них умело.

…Только слышу чей-то плач, *(появляется плачущий заяц)* видно, зайцу нужен врач!

**Доктор:**

- Заяц, бледный ты на вид. Что – то у тебя болит?

**Заяц:**

- Доктор, доктор, помогите! Плохо мне, меня спасите!

**Доктор:**

- Что болит? Мне расскажи, по порядку доложи.

**Заяц:**

**-**  Я морковку съел и вот, у меня болит живот!

**Доктор:**

**-**  А морковку ты помыл, скажи честно, иль забыл?

**Заяц:**

- А зачем её мне мыть, лапочки свои мочить? Морковку с грядки я срываю, сразу же её сгрызаю.

**Доктор:**

- Морковку мыть не захотел, вот живот и заболел!

*К зайчику подходят кошка и девочка*

**Девочка:**

**-**  Надо, зайчик, умываться!

И водички не бояться,

Мыть фрукты, овощи всегда -

Будешь ты здоров тогда!

**Кошка:**

- От простой воды и мыла,  
У микробов тают силы.

**Доктор**:

- Я предлагаю тебе, Зайчик, поиграть с нами и начнём мы с

отгадывания загадок, а отгадки мы будем не только называть, а еще находить их в чудесном мешочке.

***Игра «Что в мешочке?»***

Дети слушают загадку, отгадывают и на ощупь находят отгадку, **предмет гигиены**. Смотреть нельзя, можно трогать.

* 1. Я кудрява и мохната,

Чисто мою вас, ребята *(мочалка)*.

-Для чего мочалка нам нужна?  *( Чтобы мыть наше тело)*

2. У неё с утра дела

Чистить зубы добела *(зубная щётка)*.

- Для чего нужна зубная щетка? *(Для того чтобы чистить зубы)*

3. Он душист и ароматен

Для волос наших приятен,

Только с ним у нас всегда

Будет чистой голова *(шампунь)*.

- Для чего нужен шампунь? *(Чтобы мыть волосы)*

4. Пушистое, цветастое

Веселое, махровое!

Вытирай посуше,

И лицо и уши *(полотенце)*.

- Зачем нужно полотенце? *(Чтобы вытирать руки и лицо)*

5. Целых 25 зубков,

Для кудрей и хохолков.

И под каждым, под зубком –

Лягут волосы рядком *(расческа)*.

- А кто знает, для чего нужна расческа? (причасывать волосы)

6. Маленький брусочек,  
 Всех чистюль дружочек,  
 В ванной проживает,  
 Грязнулек отмывает.  
 Пенная в нем сила,  
 Все знают, это... (мыло)

- Для чего нужно мыло? *(чтобы умываться: мыть руки, лицо, шею и все тело, чтобы быть чистыми, уничтожать микробы)*

*-* Вот мы и узнали, что лежит в чудесном мешочке. А вы знаете, как одним словом называются все эти **предметы**? *(предметы личной гигиены)*

- Ребята, для чего нам нужны предметы личной гигиены?

*(ответы детей: для ухода за своим телом)* Значит **гигиена – это…***? (уход за своим телом)*

Давайте расскажем зайчику, когда мы умываем лицо *(утром после сна, после игры, перед сном),*  когда моем ноги *(каждый день перед сном*), а руки когда моем *(после туалета, игры, прогулки, общения с животными, поездки в транспорте, перед едой)*.

**Заяц:**

- Понял, понял я, друзья, гигиена всем нужна, залог здоровья – чистота!

**Доктор:**

- Молодец, Зайка, садись рядом с ребятами.

*Слышится плач.*

**Доктор:**

- Ребята, вы слышите, кто-то к нам опять идет, громким голосом ревёт.

*Выходит медвежонок, закутанный в тёплую шаль*

**Медвежонок:**

- Доктор, доктор, помогите, от беды меня спасите!

**Доктор:**

- В чём проблема? Говори.

**Медвежонок:**

- Только выйду на прогулку свежим воздухом дышать,

Как я сразу начинаю сильно кашлять *(кашляет)* и чихать (*чихает*)

Хоть тепло я одеваюсь, постоянно простужаюсь!

**Доктор:**

- Есть рецепт к твоей проблеме -

Нужно спортом заниматься, а ещё и закаляться!

*Выходят кошка и девочка*

**Кошка:**

- Ноги мой водой холодной, пятки крепко растирай,

По утрам, после постели душ бодрящий принимай.

**Девочка:**

- Не живи ты, как в теплице, в доме форточку открой,

Пусть бодрящий свежий ветер обдувает домик твой!

**Доктор:**

- Ребята, давайте расскажем Медвежонку, какие виды закаливания вы знаете.

*(водные процедуры: купание, обливание, контрастный душ; воздушно - солнечные ванны; прогулки и подвижные игры)*

А какая польза от занятий физкультурой? *(помогает нам стать сильными, ловкими и выносливыми).*

**Доктор:**

- Так что Медвежонок,

Бегай, прыгай, закаляйся!

И запомни навсегда:

***Все:*** солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья.

**Ярик:**

- Кого греют солнечные лучи

Тому не нужны будут врачи!

**Антон:**

- Глубже дыши,

Кислород поглощай,

Больше гуляй

И с друзьями гуляй!

**Медвежонок:**

- Теперь понял я, друзья, тепло кутаться нельзя. Скину теплые одежды, и с сегодняшнего дня осторожно, постепенно закаляться буду я. Предлагаю начать с физкультминутки:

**«Мишка косолапый»**

Мишка косолапый  
По лесу идет *(Руки в стороны, наклоны вправо-влево)*Шишки собирает *(Наклоны вперед)*И в карман кладет*. (Руки на пояс)*Вдруг упала шишка *(Руки вверх, потрясти над головой)*Прямо мишке в лоб. *(Обе руки на лоб)*Мишка рассердился *(Помахать кулачками)*И ногами топ-топ*. (Топаем ногами)*

**Доктор:**

- Проходи Миша и садись с ребятами.

*За ширмой слышится плач, появляется волчонок.*

**Волчонок:**

- Доктор, доктор, что со мной? Я какой-то не такой!

**Доктор:**

- В чём проблема, говори?

**Волчонок**:

-Люблю вкусно я поесть.  
Чипсы и пирожное,   
Вкусное мороженое!  
Пирожки, ватрушки,   
Сдобные пампушки,   
Шоколад и лимонад,   
Обожаю – это факт!

**Доктор:**

- Ну, с тобой волчок всё ясно: жить, как ты живешь, опасно!

Очень часто ты жуёшь,   
И подряд всё в рот кладёшь.  
А при этом важно знать,  
Надо меру соблюдать.

**Девочка:**

- Завтрак есть, обед и ужин,  
Лишний перекус не нужен.  
Всем вредит перееданье.

Соблюдай режим питанья!

**Кошка:**   
- Ешь полезные продукты –  
Кашу, овощи и фрукты.  
Лучше соки и морковку,  
Чем чипсы и газировку!

**Доктор:**

- Я смотрю Волчок, ты не с пустыми руками пришёл? Покажи нам, пожалуйста, что у тебя в рюкзачке.

**Волчок:**

*-* Продукты

**Доктор:**

- Ребята, а как вы думаете, все продукты, которые мы едим, полезны для нас? *(ответы детей)*

Давайте поможем Волчонку разложить продукты по *корзинкам (две корзинки с зелёным и красным бантом)* Как вы думаете, в какую корзину сложим полезные продукты?

*(В корзину с зеленым бантом, потому что зеленый цвет - это разрешающий, а вредные продукты в корзину с красным бантом – это запрещающий.)*

А ты волчок смотри и вникай, полезные продукты запоминай.

Дети выполняют задание.  
**Доктор *(отдаёт корзину Волчонку):***

- Кушай овощи и фрукты,

Кашу, рыбу и молокопродукты.

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

**Волчонок: *(решительно)***   
- За совет благодарю.  
Буду правильно питаться, ну и спортом заниматься.

**Доктор:**   
- Проходи Волчок и садись с ребятами.

Запомните, ребята!

Те, кто всё подряд едят,  
Век в больнице просидят,  
**Карина:**

Превратятся их конфетки -   
В препротивные таблетки.

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня!

Нужно правильно питаться,  
Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,  
И всегда дружить с водой.

Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья.

С ними будем мы дружить,

Чтоб здоровыми нам быть.  
И тогда все люди в мире  
Долго-долго будут жить.

И запомним, что здоровье

В магазине не купить!  
Будьте здоровы!

**Доктор:**

- Ребята, а вы хотите вырасти **здоровыми**? *(ответы детей)*

Тогда скажите мне, пожалуйста, что нужно делать, чтобы быть всегда здоровым? *(ответы детей)*

Я желаю вам, ребята, быть здоровыми всегда!  
Но добиться результата невозможно без труда.

Вспомнили мы все секреты, как здоровье сохранить.  
Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!

На этом наше занятие заканчивается. Желаю всем быть здоровыми.