***Конспект интегрированного занятия в первой младшей группе на тему:***

***«Советы Доктора Айболита»***

Автор: Тихонова Регина Зуфаровна - Воспитатель МДОБУ д/с №15 «Звёздочка»

г.Белорецк, Республика Башкортостан.

Программное содержание:

   Формировать у детей навыки здорового образа жизни, учить заботиться о своем здоровье; 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.

Оборудование: зубная щетка, расческа, мыло, полотенце, плакаты, картинка с продуктами, видео запись гимнастики.

В гости к ребятам приходит Мишка и рассказывает, как он долго болел и его вылечил добрый Доктор Айболит. Доктор дал Мише советы, как сохранить здоровье и больше не болеть.

Воспитатель: - Мишутка очень хочет поделиться советами доктора Айболита со всеми ребятами.

**Совет №1. Зарядку делай каждый день –**

**Пройдёт усталость, грусть и лень.**

*«Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день…»*

Дети: Зарядку!

- Ребята, а для чего делают зарядку?

Дети: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью.

- Утро в этом городе начинается с зарядки! А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте сделаем несколько наших любимых упражнений.

Включается музыка. Дети делают упражнения.

Малыши-крепыши вышли на площадку,

Малыши-крепыши делают зарядку!

Чтоб зимой не хворать, надо закаляться.

На песке загорать и в реке купаться.

Пусть мороз трещит, вьюга в поле кружит

Малыши-крепыши не боятся стужи!

Зарядка (слайд 1).

**Совет № 2 «Чистота – залог здоровья»**

Вос-ль – У Мишутки есть корзинка с предметами, которые потерял наш сказочный герой умывальник, давайте поможем найти каждому предмету своё место. (Дети совместно с воспитателем начинаю составлять пары. Например, крючок – полотенце; мыльница – мыло и т.д)

-Молодцы!

Рано утром на рассвете

Умываются мышата,

И котята, и утята,

И жучки, и паучки.

Да здравствует мыло душистое,

И полотенце пушистое,

И зубной порошок,

И густой гребешок!

**Совет №3 «Витамины – всем необходимы!»**

Посмотрите, здесь еда вся разнообразная и вкусная, это фрукты и овощи, которые растут в саду. Давайте соберём урожай. (Дети совместно с воспитателем раскладывают по корзинкам по цветам овощи - в одну корзинку, фрукты в другую. (Закрепляют названия и цвета))

**Вос-ль:** правильно. Чтобы быть здоровыми надо есть больше фруктов и овощей. А что можно приготовить из овощей? (суп)

- Давайте приготовим полезный витаминами суп. Вот стоит кастрюля у мишки, какие овощи мы положим? (капуста, лук, свёкла, морковь, картошка).

Молодцы! Мишутка спрашивает, как называется суп, в котором есть свёкла и он красного цвета? (Борщ)

- Да, правильно, красный суп со свёклой –это Борщ.

- А что можно приготовить из сырых овощей, например, капусты?

**Дети: салат.**

**Вос-ль:** давайте приготовим салат из капусты.

*Пальчиковая гимнастика (салат)*

*мы капусту рубим, рубим- (постукивание ребром ладони по другой ладони - мы морковку трем, трем- (растирание ладоней). - мы капусту солим, солим- (пальцы собраны в щепоть). – мы капусту мнем, мнем- (сжимание и разжимание ладоней).*

**Вос-ль: -** Вот мы и узнали какие советы дал Мишке добрый Доктор Айболит и он надеется, что вы все эти советы запомнили:

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомним, что здоровье

В магазине не купить!

Воспитатель: Будьте здоровы!

Рефлексия:

Чтобы быть здоровыми и сильными, высокими и красивыми, что нужно делать? (зарядку, кушать овощи и фрукты, обращаться к доктору, одеваться по погоде)

Мишка дарит детям подарки за активность ребят.