Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением познавательно-речевого развития воспитанников № 202 «Золушка» г. Буденновска Буденновского района»

**«Полезные и вредные привычки»**

**Интегрированное занятие:**

**в средней группе**

**Воспитатель:Голенко Н.А.**

Буденновск,2022г.

**Цель:** Познакомить детей с полезными и вредными привычками.

**Задачи:**

**Образовательная:** Систематизировать знания воспитанников о полезных и вредных привычках, их влиянии на здоровье.

**Развивающая:** Развивать умения формировать в себе полезные привычки.

**Воспитательная:** Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Коррекционная:** Развивать внимание, речь, мышление, воспитанников через игровую деятельность.

**Оборудование:** Компьютер, раздаточный материал с заданиями, ракеты: зелёного, жёлтого, красного цвета для самооценки, оформление для доски: планеты, тазик с водой, мыло.

**Ход занятия**

**Организационный момент.** Здравствуйте, ребята! Я рада вас видеть на нашем занятии, и очень хочу начать работу с вами! Хорошего вам настроения и успехов!

**Психологический настрой**

Присаживайтесь, выпрямите спинки и повторяйте за мной.

Мы – умные! Мы – Дружные!

Мы – внимательные!

Мы – старательные!

Мы – отлично учимся!

Всё у нас получится!

**Воспитатель:** - Ой ,ребята, посмотрите, я испачкала руки, ну да ладно буду ходить так. Давайте я подержу вас  за руку. Что такое вы ни хотите  мне давать руку? Почему?

Д: - У вас руки грязные

В: - А что мне надо сделать?

Д: - Помыть руки.

В: - Хорошо (иду мыть руки)

В: - Ребята, если человек не умывается, как его называют?

Д: - «Грязнуля»

В: - Ребята, а вы знаете, что если человек постоянно делает одно и тоже, ходит грязным или наоборот, всегда чистым и опрятным, это становится его привычкой.  Вы молодцы что подсказали мне помыть руки, а если я бы не помыла, то следующий раз я опять бы их забыла помыть и тогда это бы стала моей привычкой и все называли бы меня «Грязнуля».

Мы будем **учится** **отличать вредные и полезные привычки,отвечать на вопросы, играть, выполнять различные задания.**

**Оценивать вашу работу на занятии мы будем по следующим критериям:**

* **Я работал активно.** Если ты работал активно. Отвечал или старался отвечать на вопросы полными ответами, с заданием справился правильно и самостоятельно, то значит ты получаешь  **ракету.**

В конце занятия мы посчитаем, сколько ракет у вас получилось.

Я ещё раз желаю всем удачи.

Ребята, а вы любите путешествовать?

Сейчас мы отправимся в космическое путешествие вот на этой ракете. Посетим 4 планеты.

1. **Актуализация знаний. Мозговой штурм.**

**В.** Правила….

Первая планета которая встретится на нашем пути – это планета Привычек. Ну что ребята готовы лететь, Тогда – в путь! Давайте произведем обратный отсчет-10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, пуск!

Вот мы с вами и прилетели на планету Привычек.

**Привычки** это то, что мы делаем каждый день и привыкаем к этому.

 А какие бывают привычки?(полезные и вредные)

У меня есть привычка - самая простая умываться по утрам и чистить зубы.

**Игра «Какие привычки есть у вас?»** Передают мяч, называют привычку.

**Д.** У меня есть привычка …(ответы детей).

**-Что же это за привычки:**

 -**умываться, мыть руки, чистить зубы.**Если этого не делать , что может с человеком случиться?( станет грязнулей, с ним никто не будет общаться)

**- делать зарядку.**Для чего делают зарядку?( Быть сильным , ловким, здоровым)

- **аккуратно вещаем в шкаф.** Приходя с улицы, мы переобуваемся в групповую обувь, и переодеваемся в групповую одежду

- **убирать игрушки на свои места. Почему нельзя раскидывать игрушки?**

Потому, что потом на поиски нужной вещи вы потратите много времени. Если бы игрушка была бы на месте, вы бы уже поиграли. А так вы все ищите и ищите. А время нужно ценить!

У каждой вещи должно быть свое место! **Класть вещи на место – полезная привычка!**

-Что мамы ваши делает каждый день в доме? (убирают)

-**соблюдение чистоты и порядка в доме, уборка комнаты пылесосом или влажной тряпкой, мытье посуды –это хорошие привычки.**

-**очень полезная привычка – соблюдение правил личной гигиены. Всегда быть чисто и опрятно одетым, аккуратно причесанным – замечательная привычка!**

- **говорить вежливые слова.**

**.** Послушайте отрывок из стихотворения, который прочитает вам Саша: (чтение отрывка ребёнком)

« Я один у мамы сын,

Нет у мамы дочки,

Как же маме мне помочь?

Постирать платочки?

Мыло пениться в корыте-

Я стираю, посмотрите!»

**В.** О каких привычках мальчика идёт речь в этом отрывке? Как можно назвать такие привычки?

**Д.** ПОЛЕЗНЫЕ. Привычки, способствующие сохранению здоровья,

считаются полезными.

**В.** Назовите ещё полезные привычки, представленные на слайде.

**В.** Послушайте другой отрывок, который прочитает вам Заря:

« Коля, маленький лентяй,

За собою убирай!

У тебя ленивы руки:

Под столом ремень и брюки.

На полу рубашка,

Николай – неряшка!»

**В.** О каких привычках Коли рассказывает автор? (о лени и неряшливости)

**В.** Это для него вредно или полезно? Значит, как называются такие привычки?

**Д.** ВРЕДНЫЕ

Привычки, наносящие вред здоровью, называются вредными.

**В.** Назовите вредные привычки, представленные на слайде.

**Игра «Вредные – полезные привычки»**

**В.** На столах у вас лежат карточки для каждого. Это картинки.

Вам нужно распределить в 2 столбика, какие относятся к полезным нужно прикрепить в 1 столбик, которые относятся к вредным во 2 столбик

**В. Вывод: что такое привычка?**

**Д.** Это то, что человек привык делать не задумываясь

**В.** Какие бывают привычки?

**Д.** Полезные и вредные.

**В.** Привычки, которые приносят вред, вредные. Почему они плохие?

**Д.** Делают человека неряшливым, ленивым, грубым, забывчивым, драчливым и т. д.

**В.** Что такое полезные привычки?

**Д.** Привычки, которые приносят пользу.

**В.** Почему они полезные?

**Д.** Делают человека здоровым.

**Оценивание:** Оцените свою работу в обсуждении.

**6. Физминутка**

**В:** Ну а сейчас мы отправимся на планету **«Физкультурная»**, потому что привычка делать по утрам зарядку и заниматься физкультурой укрепляет здоровье и помогает человеку выглядеть красиво. (Все выполняем движения в соответствии с текстом)

**7. Планета «Полезные советы»**

А сейчас мы отправимся на планету «Полезные советы.» Вы готовы? Тогда полетели.

Жителям этой планеты срочно нужна помощь. К сожалению они обладают только вредными привычками, давайте поможем им, подскажем, какую полезную привычку должны приобрести жители.

**Игра «Доскажи словечко»**

2. 3азеленеет даже пень, когда услышит. (добрый день) .

3. Если больше есть не в силах, скажем маме мы. (спасибо) .

4. Мальчик вежливый и развитый говорит, при встрече. (здравствуйте) .

5. Когда нас бранят за шалости, говорим. (простите, пожалуйста)

6. И во Франции, и в Дании на прощание говорят. (до свидания) .

7Лег в постель, устал ты очень. Говори …(спокойной ночи!)

**Воспитатель:** Я вижу, что вы хорошо усвоили вежливые слова. Но ведь ваше внимательное и вежливое отношение должно проявляться не только в словах, но и в поступках.

**Интерактивная игра** «**Привычки и последствия»**

* Чистить зубы здоровая красивая улыбка;
* Делать зарядку на спортивных состязаниях легко преодолеешь дистанцию;
* Читать лёжа в постели плохое зрение.
* Громко слушать музыку возникновение проблем со слухом.
* Учить уроки Хорошие оценки.

Что же у вас получилось?

**Вывод:** Полезные привычки влекут пользу для человека, а вредные привычки имеют негативные последствия. Вредные привычки отрицательно влияют на поведение человека, на его представление о мире и о себе, на его отношение с окружающими, на его здоровье.

**Оценивание:** Давайте оценим, как вы сейчас поработали. Оцените себя, возьмите ракету.

**Вредные привычки** – это наши коварные враги, они доставляют нам удовольствие и потихоньку отравляют нам жизнь, наносят огромный вред нашему здоровью. Вредные привычки могут появиться в любом возрасте. Они растут и меняются вместе с нами.

**- разбрасывать игрушки.**Не сможем играть, будем только искать игрушку. Время пройдет и придется ложиться спать.

**- рвать книги.**Нет, не сможем прочитать сказку или рассказ.

**- грызть ногти.**Под ногтями много микробов .Которые попадают в рот, а так же очень часто травмируется кожа и развиваются микробы.

**- ковыряться в носу.**Если постоянно чистить нос , можно повредить слизистую оболочку носа, вызвать кровотечение. Занести микробы.

**- кусаться.**Можно нанести травму человеку, занести туда грязь, так же повредить свои зубы.

**Какие еще не назвали вредные привычки?**

**- есть много сладостей,  долго сидеть у телевизора, разговаривать во время еды, перебивать взрослых при разговоре…)**

Вредные привычки  как микробы. Они живут в нас, растут вместе с нами и дают плоды.

1. **Отгадывание загадок «Полезные и вредные привычки»**

**В:** Я вам предлагаю отправиться на следующую планету. И называется она планета Загадок. Жители этой планеты приготовили множество загадок (воспитанники отгадывают загадки)

-я буду называть привычку, а вы будете показывать карточки если вредная, то красную, если полезная, то зеленую!

\*разбросал я книги, вещи

И искал я их весь вечер (вредная)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

\*мою грязную посуду,

Пол помыть я не забуду (полезная\_)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

\*пылесосом убираю,

Пыли я не оставляю (полезная)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Вот еще совет простой

Руки мой перед едой( полезная)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

\*ногти очень грызть люблю,

Всех микробов я ловлю (вредная)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

\*чисто с мылом я умоюсь,

У меня опрятный вид. (полезная)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Зарядку  делаем по утрам,

Она бодрость дарит нам. (полезная)

Нет приятнее занятья,

 Чем в носу поковырять( вредная)

**Я предлагаю вам поиграть в игру «Теремок»**

(Воспитатель выставляет на стол макет теремка)

**Воспитатель:**        Сегодня к нам в гости пришли герои сказок. Это животные и у них у каждого тоже есть свои привычки. Давайте в теремок заселим только тех животных, которые имеют хорошие привычки.

(Воспитатель показывает животных и от их лица, как они называются.)

 Я лисичка – умытое личко.

Я медведь, живу в лесу, палец свой всегда сосу.

А я петушок – петушочек, всегда ношу чистый носовой платочек.

А я зайчик в носу – в носу ковыряйчик.

А я мышка – норушка, вещи на место кладушка.

А я волк – волчок, отгрызу свой ноготок.

А я кот – котище, каждый день зубы чищу.

А я корова – обзову любого.

Я сова – говорю вежливые слова.

Я лягушка – мокрые глаза, это значит, что я по любому поводу плачу.

А я ёжик молодой, мою руки перед едой.

Я свинья хрю-хрю, я везде сорю.

(Воспитатель и дети заселяют в теремок животных с хорошими привычками.)

С какими привычками мы должны дружить, чтобы быть здоровыми? *(полезными)*. А с  какими  привычки мы не будем дружить? *(вредными)*.

 **Пока вы еще маленькие - приобретайте хорошие привычки.**

**Чтоб здоровье сохранить**

**И счастливыми быть**.

**Оценивание:** Оцените себя, приклейте ракету

1. **Итог занятия.**

Подходит к концу наше занятие

**В:** О чем говорили сегодня?

**Д:** О привычках  
**В:** Какие привычки называют полезными?

**Д:** Привычки которые приносят пользу.  
**В:** Какие вредными?

**Д:** Привычки, которые приносят вред человеку  
К чему приводят вредные привычки?

**«Дерево привычек».**

Представьте, что дерево — это наши полезные привычки. Используя свои знания о них, сделаем так, чтобы наше дерево зашелестело листочками. У вас на столах лежат зелёные и красные листики.

**В:** Подумайте, какого цвета должны быть листочки на дереве? (Зелёные.)

Напишите на нём свою полезную привычку.

**В:** Подойдите к дереву, и сейчас каждый из вас прикрепит свой листок и назовёт свою хорошую привычку.

**В:** Так как же назовём наше дерево? (Дерево полезных привычек.)

Каждый человек – хозяин жизни и здоровья. За вас вашу жизнь не проживут ни родители, ни учителя. Как каждый из вас решил, так всё и будет!

Я думаю, что каждый из вас может гордиться собой, если научится самостоятельно мыслить, если научится говорить нет любым вредным привычкам.

Я предлагаю каждому взять красный листочек, написать свою вредную привычку, от которой вы хотите избавиться прямо сейчас.

Опустите её в сундучок. Мы закроем его крепко-накрепко, чтобы ваши вредные привычки не смогли выбраться оттуда и навсегда исчезли бы из вашей жизни.

**Ну а теперь давайте оценим свою работу на занятии подсчитайте количество ракет по цветам!**

**Каких ракет получилось больше, если:**

**Зелёных – Я работал активно**

**Жёлтых – Мне помогали**

**Красных – Мне надо постараться**

**Ответы детей: Оценка своей деятельности на занятии.**

**В: Ну а мне бы хотелось отметить следующих ребят…**

**Постараться нужно следующим ребятам…**

Ребята, вы сегодня все молодцы. Спасибо за занятие! Спасибо за слаженную работу и помощь.