

МДОУ «Детский сад «Берёзка» с. Засосна  
общеразвивающего вида».

# «Если хочешь быть здоров...»



Комплексное занятие по  
социально-нравственному  
воспитанию  
в средней  
группе.

# **ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ:**

- **Продолжать формировать у детей убеждения и привычку здорового образа жизни в условиях дошкольного учреждения.**
- **Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности, учить беречь свое здоровье и заботиться о нем.**
- **Познакомить с понятием ВИТАМИНЫ.**
- **Закреплять понятия «овощи», «фрукты», уточнить представления о пользе овощей для здоровья.**
- **Помочь детям осознать взаимосвязь между действием витаминов и физкультурой на организм человека.**
- **Развивать память и мышление, умение рассуждать, делать умозаключения.**
- **Воспитывать желание быть здоровым и красивым.**

**Оборудование:** кукла Зарядка, кукла Простуда, подушечки, костюм Доктора Айболита, корзиночка с овощами, салатница с нарезанными овощами накрытая салфеткой, масло, соль, ложка, вилки по количеству детей, шапочки-маски (лук, огурец, капуста, петрушка), фартуки, косынки, колпаки.

**Предварительная работа:** заучивание стихотворений и песен, пословиц и поговорок о здоровом образе жизни, о пользе овощей.

# Фото занятия

« - Ребята, пожалуйста, поднимите руки те из вас, кто сегодня утром делал зарядку?»



**«В одном небольшом городке жила - была девочка  
Зарядка....»**





**«В этом же городке жила вредная старушка. Она вечно хлюпала покрасневшим носом, чихала, кашляла и норовила всех заразить.**

**Звали эту старуху Простуда.»**

**«А, давайте не расскажем, а покажем, как мы занимаемся каждое утро утренней зарядкой.»**





**К нам пришел добрый Доктор  
Айболит.**

«Хочу я у ребят спросить: Всем известны секреты здоровья?»



«Овощи и фрукты – для здоровья полезные продукты!»





«Доктор Айболит наши дети знают стихи об овощах.»

# «Ребята, что можно приготовить из овощей?»





«Давайте попробуем приготовить  
овощной салат.»

# «Складываем порезанные овощи в салатницу.»



«- СОЛИМ, -МАСЛИМ, »



«-перемешиваем,»



«- БЛЮДО ГОТОВО!»



«Чтоб здоровым, сильным быть,  
Надо овощи любить.

Все без исключения! В этом нет  
сомнения!»



**« Умных правил не забудем,  
Уважать здоровье будем! »**



# **Афоризмы и высказывания о здоровье.**

**Гимнастика, физические  
упражнения, ходьба должны  
прочно войти в повседневный  
быт каждого, кто хочет сохранить  
работоспособность, здоровье,  
полноценную и радостную жизнь.**

**Гиппократ**

...Здоровье дороже золота. - У.

# Шекспир



**Здоровый человек есть  
самое драгоценное  
произведение природы.**

**Карлейль Т.**

**Здоровье гораздо более  
зависит от наших привычек  
и питания, чем от  
врачебного искусства.**

**- Д.**

**Леббок**

'Я не боюсь еще и еще раз  
сказать: забота о здоровье -  
важнейшая работа  
воспитателя. От  
жизнерадостности, бодрости  
детей зависит их духовная  
жизнь, мировоззрение,  
умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои  
СИЛЫ.'

# Успехов Вам в работе!!!



Воспитатель:  
Береговская Н.