

*Муниципальное специальное коррекционное образовательное учреждение
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями
здоровья «Специальная общеобразовательная школа-интернат
VII-VIII вида»
г.о. Электросталь, Московской области.*

«Будьте здоровы!».

**Игровое занятие-путешествие
для начальной школы.**

*Разработала и провела: воспитатель
Паршина
Елена
Владимировна*

«Будьте здоровы!».

Игровое занятие-путешествие для начальной школы
МКСОУ «Специальная школа-интернат VII-VII вида». Воспитатель
Е.В. Паршина.

Девиз: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу».

Цели и задачи:

1. Коррекция поведения детей с ограниченными возможностями здоровья на основе здоровьесохранной и игровой технологий.
2. Пропаганда здорового образа жизни как безопасного поведения человека в современных условиях жизни.
3. Усвоение детьми основных правил гигиены.
4. Отработка навыка простых упражнений точечного массажа для профилактики вирусных и простудных заболеваний.

План занятия:

1. Вступление.

Знакомство с докторами Страны Здоровья.

2. Путешествие:

- станция 1: Доктор Вода.

Физминутка - пальчиковая гимнастика с элементами логопедической гимнастики. Стихотворение Григория Остера «Вредные советы».

Выполнение задания «Образ здорового человека».

- станция 2: Доктор Красивая Осанка.

Физминутка «Гора».

- станция 3: Доктор Упражнение.

Помогаем Заболейкину. Игра – соответствие. Выполнение упражнений точечного массажа для профилактики ОРВИ.

- станция 4: Доктора Здоровый Образ Жизни и доктор Любовь.

Рассказ зверей. Загадки «Волшебные слова».

3. Итог.

- 1). Дети отвечают на вопросы и с помощью воспитателя делают выводы об услышанном на занятии.
- 2). Подводя итоги, дети хором читают стихи с элементами логоритмики.

1. Вступление.

Воспитатель:

- Наше сегодняшнее занятие необычное. На этом занятии мы поговорим о том, как нужно заботиться о своём здоровье, чтобы не болеть, и вырасти крепкими, сильными, добрыми.

Представьте, что мы поедem на волшебном поезде в Страну Здоровья. В этой стране есть много докторов, которые дают здоровье ежедневно, бескорыстно и всем без выбора. Кто же эти доктора? Сейчас вы это узнаете.

Знакомство с докторами Страны Здоровья.

В. – Вот он первый доктор – **доктор Свежий Воздух**. – Нашему организму нужен свежий воздух, поэтому каждый день надо обязательно гулять на улице.

В. – А без чего засохли бы деревья, кусты и люди погибли от жажды?

Д. – Без воды.

В. – Вот вам и второй доктор из Страны Здоровья. **Это доктор Вода**.

– Человек должен соблюдать режим дня, правильно питаться, пища должна быть полезной и здоровой. Человек должен правильно и вовремя отдыхать. Этому учит **доктор Здоровый Образ Жизни**.

– В Стране Здоровья живут ещё и другие доктора: **доктор Упражнение**, **доктор Красивая Осанка**. Тот, кто не дружит с этими докторами, ходит сутулый, с искривлённым позвоночником.

– И ещё есть один доктор, без которого свет был бы не мил, все были бы злые, вредные. **Это доктор Любовь**.

2. Путешествие.

В. – Итак, путешествие начинается.

Дети (*хором*): – В путь-дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся!

Станция 1: Доктор Вода.

1) Физминутка - пальчиковая гимнастика с элементами логопедической гимнастики.

«Я под краном руки мыла,

А лицо помыть забыла.

Увидал меня Трезор,

Зарычал «Какой позор!»

2) Воспитатель читает стихотворение Григория Остера «Вредные советы»:

– Бывают на свете такие дети, которые всё делают наоборот. Для таких детей писатель Григорий Остер придумал «Вредные советы»:

«Никогда не мойте руки,
Шею, уши и лицо.
Это глупое занятие
Не приводит ни к чему.
Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо,
Так зачем же тратить силы,
Время попусту терять?
Стричься тоже бесполезно,
Никакого смысла нет».

3) Выполнение задания «Образ здорового человека».

Дети должны выбрать из слов те, которые соответствуют портрету здорового человека, и поднять руку. Если слова не соответствуют портрету здорового человека, дети не поднимают руки.

«чистый, сутулый, сильный,
ловкий, бледный, стройный,
румяный, лохматый, правдивый
неаккуратный, приветливый, злой,
бодрый, невежливый, ленивый,
вежливый, курящий, вялый, доброжелательный,
дружелюбный».

Подведение итогов игры.

- Станция 2: Доктор Красивая Осанка.

В. –Люди с самого рождения жить не могут без движения.

Физминутка «Гора».

1)Руки опустите вниз, спина ровная, голова прямо.

2)Медленно поднять руки вверх и сцепить их в замок.

3)Представьте, что ваше тело – гора. Не расцепляя рук, потянитесь сначала левой рукой вверх и всей левой половиной тела за ней («Сила во мне!»), а затем такие же движения сделайте правой («Нет, сила во мне!»).

4) «Нет! – Решили они. Мы половинки одной горы, и сила в нас обеих».

Потянулись обе вместе, сильно-сильно.

5) Медленно опустите руки и улыбнитесь!

- Станция 3: Доктор Упражнение.

1). Помогаем Заболейкину. Игра – соответствие.

В. (показывает детям кукольного персонажа):

– Ребята, к нам в гости пришёл Заболейкин, он хочет научить вас, как заболеть и пропускать уроки. Предлагаю вам не поддаваться, и показать Заболейкину, как каждый человек может оказать себе сам первую помощь при различных болезнях. Для этого сыграем в игру.

Игра – соответствие:

Дети делятся на две команды, каждой из которых даются карточки. Надо подобрать пары, которые соответствуют друг другу по смыслу, и расположить их правильно на доске:

порез на коже – йод, пластырь

болит горло – полоскание

насморк – капли в нос

чтобы не заболеть – принимать витамины

2). Выполнение упражнений точечного массажа для профилактики ОРВИ.

Заболейкин:

– «У меня печальный вид,
Голова с утра болит,
Я чихаю, я охрип.
Что такое? Это грипп!»

В. – Ребята, доктор Упражнение научит нас и Заболейкина как нужно делать точечный массаж, чтобы укрепить свой организм и не болеть гриппом.
(Выполнение упражнений).

- Станция 4: Доктор Здоровый Образ Жизни и доктор Любовь.

1) Рассказ зверей.

В. – Ребята, Заболейкин хочет узнать, почему люди болеют, в чём причина?

Чтобы ответить на этот вопрос, отправимся на 4 станцию, к Докторам Здоровый Образ Жизни и доктору Любовь. Эти доктора долго совещались и вот что сказали: «Здоровье человека во многом зависит от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях». На этой станции мы встречаем жителей сказочной страны, помощников наших докторов, они помогут нам понять, что сказали нам великие доктора.

По мнению Прекрасного Цветка, люди болеют потому, что не умеют радоваться красоте окружающего мира и успехам друг друга, а радость – особая мудрость и болезни её боятся. Милое Солнышко ответило, что

люди мало заботятся друг о друге, часто бывают жестокими и неблагодарными, часто обманывают друг друга. А жестокость и ложь – это путь к гибели и болезням. Смелый Тигр отметил, что люди не верят в свои силы, в себя и это не позволяет им чувствовать себя здоровыми. Дикий Кот считает, что человек часто бывает неаккуратен, не соблюдает правил гигиены, и такое поведение вредит его здоровью. Кабан заметил, что люди переедают, неправильно питаются, и это тоже вредит их здоровью.

Воспитатель (*обращаясь к детям*):

- Какие причины болезней людей назвали жители сказочной страны?

Повторите, пожалуйста, для Заболейкина. (*Дети называют*).

2) Загадки «Волшебные слова».

В. – Ребята, наш Заболейкин получил письмо от Доктора Любовь с загадками про знакомого деда и просит помочь отгадать их.

«Есть волшебные слова
Скажешь слово
Слышишь два.
У меня – промолвил дед, –
Ни забот, ни горя нет.
Захочу – отдохну,
Есть моложе руки:
Чуть кивну, кивну, кивну,
Мчатся внуки, внуки.

Настя ходит в первый класс!
Но давно уже от Насти
Я не слышу слова... (здрaсте).
А слово-то, какое,
Очень дорогое!

Встретил Витю я соседа...
Встреча грустная была;
На меня он как торпеда,
Налетел из-за угла!
Но, представьте, - зря от Вити
Ждал я слова... (извините).
А слово-то, какое,
Очень дорогое!

Он про внуку говорил:

– Экая досада,
Я портфель ей подарил,
Вижу, очень рада!
Но нельзя молчать, как рыба,
Ну, сказала бы ... (спасибо).
А слово-то, какое,
Очень дорогое!»
В. – Какие слова нужно как можно чаще включать в свою речь?

3. Итог.

Дети отвечают на вопросы и с помощью воспитателя делают выводы о услышанном на занятии.

Подведя итоги, дети хором читают стихи и показывают жестами действия: (логоритмика):

«Рано утром просыпайся,
Себе, людям улыбайся,
Ты зарядкой занимайся,
Обливайся, вытирайся,
Всегда правильно питайся,
Аккуратно одевайся,
В школу смело отправляйся!»

Воспитатель благодарит детей за работу на занятии, хвалит за активное участие и дружную работу.

Примечание для педагога:

Ниже смотрите Приложения: карточки к игре - соответствию (Станция 3, стр.4).

ДОКТОР ВОДА

ДОКТОР ЛЮБОВЬ

**ДОКТОР
УПРАЖНЕНИЕ**

**ДОКТОР
КРАСИВАЯ
ОСАНКА**

**ДОКТОР
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ**

порез на коже

йод, пластырь

БОЛИТ ГОРЛО

ПОЛОСКАНИЕ

НАСМОРК

КАПЛИ В НОС

чтобы не
заболеть

принимать
ВИТАМИНЫ
