

**Сценарий занятия для обучающихся 1 – 4, 5 «б» классов с ЛУО
на тему: «Путешествие по планетам здоровья»**

Дата проведения: 20.09.23 в

Время проведения: 15:00

Подготовили и провели: Танаева Л. В., Баязитова А.В., Аверкиева Н. Г.,
Александрова Л. П., Бабушкина М. С., Лялина Г. А.

«Путешествие по планетам здоровья»

Цель: формирование у детей желания вести здоровый образ жизни.

1. **Образовательные задачи:** активизировать и закрепить знания детей о ценности здоровья, желания вести здоровый образ жизни. Формировать умение бережного отношения к своему организму. Совершенствовать знания детей о полезных и вредных продуктах питания. Углублять знания детей о личной гигиене, режиме дня, необходимости его соблюдения.

2. **Коррекционно-развивающие задачи:** развивать у детей тактильно-двигательное, зрительное и слуховое восприятие, внимание, двигательную и слухоречевую память; продолжать работу по развитию навыка выразительности речи; развивать познавательные и коммуникативные способности обучающихся, развивать мелкую и общую моторику.

3. **Воспитательные задачи:** воспитывать бережное отношение к своему организму, развивать самоконтроль и взаимоконтроль, саморегуляцию собственных действий; формировать доброжелательность, эмоциональную отзывчивость, готовность к совместной коллективной деятельности, умение договариваться, поддерживать друг друга, воспитывать интерес к происходящему, быть активным.

Материально-техническое обеспечение:

компьютер, проектор, экран.

Оборудование:

Ракеты четырех цветов для формирования команд, карточки зеленые -да, красные –нет, детали для аппликации: утро, день, вечер, ночь, презентация, видеоролики

Предварительная работа педагога: составление конспекта мероприятия, изучение учебно-методической литературы, подготовка атрибутов для игры, оформление актового зала, подбор слайдов, создание презентации.

Предварительная работа с субъектами воспитательного процесса: беседы о личной гигиене, режиме дня, правильном питании, о пользе утренней гимнастики и занятиях спортом; чтение: Л.Зильберг «Полезные продукты», К.И.Чуковский «Федорино горе», К.Кузнецов «Замарашка», Г.Зайцев «Крепкие – крепкие зубы».

Словарная работа:

Обогащать активный словарь детей существительными: питание, гигиена, распорядок, режим (дня), соревнование, ЛФК (лечебная физкультура), брусника, земляника; прилагательными: правильное (питание), личная (гигиена), полезные и вредные (продукты), выносливый; глаголами: питается (человек), употребляет, воздерживаться, остерегаться, совершать, придерживаться, нарушать, изменить, сохранить, укреплять (здоровье).

Репертуар: Ритмичная мелодия к физкультминутке.

Ход мероприятия:

1.Оргмомент.

Дети разделились на команды (по цвету планет, 4 команды) и расселись по столам.

Воспитатель: Здравствуйте! Желаем всем здоровья! Такими словами приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. А здоровы ли вы, дорогие мои? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: “Здоровому – все здорово”. Здоровый человек красив, он легко преодолевает трудности, с ним приятно общаться. Он умеет по-настоящему и работать, и отдыхать.

(Стук в дверь, заходит Карлсон)

В: Ой, ребята кто это к нам пришел?

Дети: Карлесон

В: Здравствуй Карлсон, что с тобой случилось?

К: Дорогие, друзья!

Со мной случилась беда- я заболел! Доктор говорит, что я веду нездоровый образ жизни!!! А что такое Здоровый Образ Здоровый Образ Жизни и как правильно питаться я не знаю?

Помогите!

В Ну что ребята, поможем Карлсону выздороветь.

Дети: Да

В: Мы сегодня с вами отправимся в путешествие в космос и посетим планеты Здоровья.

Мы с вами поможем Карлсону, расскажем ему, что же такое здоровый образ жизни.

А что значит быть здоровым?!

Ответы детей:

-Делать утреннюю зарядку

– Соблюдать режим дня

– Заниматься спортом

– Закаляться

– Соблюдать чистоту

– Правильно питаться и т.д.

В: **Правильно**, чтобы быть здоровым, нужно заниматься физкультурой, делать утром зарядку и не лениться. Заниматься спортом: бегом, плаванием и другими видами спорта, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе – то есть вести здоровый образ жизни. За вас для вашего здоровья никто этого не сделает.

- Итак, в путь!!!

1.Гигиена

В: Первая планета «Гигиена»

В гости нагрянули Микроб и Грязь.

Они нам не нужны. Как же их прогнать?

Давайте вспомним правила гигиены.

В этом нам поможет игра «ДА-НЕТ» (карточки зеленые -да, красные -нет)

Тани, Маши, Саши,

Покажите руки ваши.

Все ли ногти постригали? Да

А микробов все прогнали? да

Часто с мылом умывались? да

В замарашках не остались? Нет

Не забыли ли про ушки? Нет
Расчесали вы макушки? да
Утром чистили ли зубки? Да
Съели на ночь шоколадки? Нет
Все здоровы ли ребятки? Да

В: Дети, молодцы, помогли Карлсону. Ну что, Карлсон запомнил, что нужно делать для того чтобы быть здоровым?

Карлсон: Да

В: Ну что ж, первую планету мы освоили, теперь полетим к другой!

(Видео-переход космос)

2. Режим дня

Чтоб здоровье сохранить
Организм свой укрепить
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

В: чтобы быть всегда в форме и не спать на 1 уроках, необходимо соблюдать режим дня. А вы знаете, что это такое? А ты Карлсон знаешь? («Нет»).

Давайте поможем Карлсону, понять, что это такое выполнив наше задание. Составить аппликацию, по режимным моментам (Утро, день, вечер, ночь).(картинки). После окончания каждая команда объясняет, что у них получилось.

В: А мы спешим на следующую планету.

(Видео-переход космос)

3. Планет физкультминуток (Физминутка Чика-Рика)

Мы Попали на веселую планету физкультминуток. Их необходимо делать каждый раз на уроках, чтобы быть бодрыми и не переутомляться.

Карлсон: Правда, а я вообще редко встаю с кровати.

В: Поэтому сейчас самое время подвигаться

Видео физминутки

Летим на следующую планету.

(Видео-переход космос)

4. Планета правильного питания

В: Карлсон, что ты любишь есть больше всего на свете?

К: варенье, тортики, джем, сгущенку. Мм., захотелось пообедать.

В: Дети, как вы думаете, а правильно ли питается наш Карлсон?

Дети: нет.

В: Да, Карлсон, с таким меню у тебя заболят зубки и животик.

К: А, вот почему, у меня так часто болит животик. А я все думал, что домработница Малыша фрекен Бок плохо готовит.

В: Давайте же научим Карлсона правильно питаться. Чтобы быть здоровым, что должно быть в меню каждый день?

Дети: каши, супы, фрукты, овощи

В: На экране будет появляться тень фруктов и овощей, а ваша задача угадать, что это. Поехали *(Спрашиваем по командам)*

В: Все молодцы, справились с заданием.

Ешьте овощи и фрукты-

Это лучшие продукты.

Вас спасут от всех болезней.

Нет вкусней их и полезней.

Подрожайте с овощами,
И с салатами и щами.
Витаминов в них не счесть.

Значит, нужно это есть!

В: Полетели дальше?

(Видео-переход космос)

5. Виды спорта

В: Про гигиену мы сказали, правильное питание обсудили, режим дня составили, физминутку сделали. Что же еще у нас осталось? Карлсон, как ты думаешь?

К: Ну, я как покушаю, так сразу ложусь и сижу весь день в телефоне.

В: Ой ребята, а правильно ли поступает наш Карлсон?

Дети: Нет

В: Правильно, надо быть подвижным и заниматься спортом. Если сидеть весь день в телефоне, то можно испортить зрение, а если лежать весь день в кровати и не выходить на улицу гулять, то станешь слабым и будешь часто болеть.

К: Ой, а я не знаю каким спортом хочу заняться. А какие виды спорта вообще существуют?

В: Сейчас на экране мы покажем виды спорта, а вы ребята должны угадать, эти виды спорта.

(На экране выводятся видео с разными видами спорта, команды по очереди угадывают).

В: Ну, что Карлсон, что тебе больше всего понравилось?

К: Футбол, запишусь на футбол!

В: Вы посетили все планеты Здоровья. Давайте напомним Карлсону, что надо делать, чтобы быть здоровым.

От каждой команды по 1 пункту.

В: **И в заключении игра «Это я, это я, это все мои друзья».**

– Друзья, а теперь сыграем в игру на внимание:

Вы, ребята, не зевайте, хором дружно отвечайте.

- Кто же хочет быть здоровым
Бодрым, стройным и веселым? +

- Кто, согласно распорядку,
Выполняет физзарядку? +

- Ну, а кто начнет обед
С колы, пиццы и конфет? -

- Кто из вас не ходит хмурый,
Любит спорт и физкультуру? +

- Кто мороза не боится,
На коньках летит как птица? +

- Кто не любит помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны? -

- Кто поел и чистит зубки
Ежедневно дважды в сутки? +

- Кто из вас, из малышей
Ходит грязный до ушей? -

- Кто из вас, друзья, готов
Жизнь прожить без докторов? +

(Карлсон благодарит за увлекательное путешествие)

Мы рождены, чтоб жить на свете долго;

Грустить и петь, смеяться и любить.

Но чтобы стали все мечты возможны,

Должны мы все здоровье сохранить !

(Карлсон с воспитателями раздают сладкие призы).

В: Ну, а теперь, всеми любимый Флешмоб. Приглашаем всех.