Конспект НОД по здоровьесбережению для детей средней группы "Путешествие в сказочный лес"

Программное содержание:

•         Формировать у детей привычку к здоровому образу жизни;

•         Развивать умение детей выполнять основные виды движений при прохождении полосы препятствий;

•         Тренировать детей в самостоятельном использовании гимнастик;

•         Вызвать у детей сопереживание, желание прийти на помощь тем, кто в ней нуждается;

 •   Воспитывать наблюдательность, любознательность и доброжелательное отношение к окружающим.

Интеграция образовательных областей: Физическое развитие, познавательное развитие.

Виды детской деятельности: Игровая, коммуникативная, познавательная.

Материал к занятию:

•         Презентация к НОД;

•         Аудио запись гимнастики, музыки, звуков природы

Предварительная работа:

•         Д/и «Что вредно, что полезно»;

•         Разучивание гимнастик: «Ёжик», артикуляционная гимнастика.

Участники: дети, инструктор по физической культуре, воспитатель, родители- 2

Содержание НОД:

Воспитатель: Давайте с вами поздороваемся.

Здравствуйте, ладошки. Хлоп - хлоп - хлоп.

Здравствуйте, ножки. Топ - топ - топ.

Здравствуйте, щечки. Плюх - плюх - плюх.

Здравствуйте, губки. Чмок - чмок - чмок.

Здравствуйте, зубки. Щелк - щелк - щелк.

Здравствуй, мой носик. Бип - бип - бип.

Ребята, сегодня к нам залетела ворона (*слайд 1*), она принесла на хвосте плохую весть. В сказочном лесу беда. Заболели все сказочные герои. Как мы можем им помочь? *(ответы детей).* Мы пойдем в сказочный лес. Чтобы не устать в дороге, что необходимо нам провести? *(ответы детей).* Давайте сделаем зарядку *(звучит мелодия «Зарядка», дети делают)*. Вот теперь можно отправляться в путь.

Посмотрите, вы видите, что-нибудь необычное? *Дети находят клубок.* Чем он может нам помочь*? (ответы детей).* Этот клубок доведет нас до волшебного леса, нужно идти по ните. *Воспитатель держит в руке клубок, который показывает дорогу. По пути встречаются различные препятствия («Пройти по массажным дорожкам», «Перепрыгни ручеек»).*

Воспитатель: Посмотрите, куда это мы пришли, а что это за избушка? Как вы думаете, кто в ней живёт? *(ответы детей).*

*Из избушки выходит Баба Яга.*

Баба Яга: Кто по лесу ходит? Ничего не вижу. Совсем плохо стали мои глаза видеть, того и гляди, совсем ослепну.

Воспитатель: А ты глаза бережёшь? Знаешь, что нужно делать, чтобы сберечь зрение?

Баба Яга: Откуда мне это знать?

Воспитатель: А наши дети знают. Ребята, давайте научим Бабу Ягу как зрение сохранить. Что мы для этого делаем? *(ответы детей).* Покажем нашу зарядку для глаз, а ты, Баба Яга повторяй и запоминай. *(слайд 2 -6).*

Баба Яга: Вот теперь я лучше видеть стала. Спасибо вам!

 *Баба Яга прощается с детьми. Идем дальше по полосе препятствий. Вдруг слышится громкая музыка (звучит «Выход волка»). Из-за дерева выходит волк. Он стонет, держится за голову.*

Дети: Что с тобой случилось?

Волк: А?! Что?! Ничего не слышу! И голова болит!

Воспитатель: Дети, как вы думаете, почему у волка заболела голова?

Дети: У него разболелась голова, и стал плохо слышать от громких звуков.

Волк: Но я так люблю музыку. Посоветуйте, что мне делать?

 Дети: Шум леса, пение птиц, журчание ручейка - это тоже музыка, только её надо услышать. Такая музыка успокаивает и придаёт сил. А ещё музыка не должна быть очень громкой. Когда разговариваешь с кем-нибудь, надо говорить тихо, спокойно. От крика и шума тоже может заболеть голова.

*Одну-две минуты все вместе слушают запись «Релаксация звуки природы». Дети прощаются с волком и идут дальше. Видят перед собой «пещеру». Из пещеры раздаётся кашель и чихание. Выходит Леший.*

Леший: Вот, заболел наверно. Целыми днями кашляю и чихаю.

*Воспитатель заглядывает в пещеру и тоже начинает чихать.*

Воспитатель: Какая пыль! Кажется, ты чихаешь не от простуды. Когда ты последний раз делал уборку в пещере?

 Леший: Не помню. Лет пять тому назад.

Воспитатель: Тогда всё ясно. Дети могут дать тебе несколько советов и расскажут, что нужно делать, чтобы больше не чихать и не кашлять.

 Дети: Надо беречь органы дыхания: проветривать помещение, в котором находишься, делать влажную уборку каждый день. Воздух будет на много чище, если у тебя в пещере появятся комнатные цветы.

Воспитатель: А дети покажут тебе как делать дыхательную гимнастику, которая будет полезна для тебя. *(слайд 7- 11).*

*Дети прощаются с Лешим. Идут дальше. Выбегает заяц и пытается что то сказать не понятным голосом.*

Воспитатель: Дети заяц говорит совсем не понятно, как вы думаете, что с ним? *(Ответы детей.)* Может у него просто непослушный язычок, что надо делать, чтобы речь была хорошей?

Дети: Артикуляционную гимнастику.

*(дети показывают зайцу, как делать гимнастику для язычка (слайд 12-24.)*

Заяц: Ой, спасибо вам дети! Я и правда стал лучше говорить. До свидания!

Воспитатель: А вернутся нам поможет волшебный клубочек и сказочное заклинание: Закрути скорей, клубок, Ребят в дружный хоровод. Подошла к концу игра, В группу нам спешить пора.

*Дети произносят эти слова, взявшись за руки.*

Воспитатель: Вот мы и в своей группе. Сегодня мы с вами сделали два важных дела: сказочным героям помогли и ещё раз повторили, как сохранить свое здоровье. Что вам запомнилось в нашем путешествии? *(ответы детей).*