

МБДОУ «Детский сад № 4 «Аленушка» города Новочебоксарска Чувашской
Республики

Конспект НОД
с использованием здоровьесберегающих технологий
«В гости к солнышку»
для детей младшего возраста.

Выполнила воспитатель
Соколова Татьяна Анатольевна.

Г. Новочебоксарск, 2017 год

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни путём использования здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

Образовательные:

- закрепить умение объединять предметы в группу по общему признаку.
- обогащение словаря: холодно, пасмурно, массаж, колючая, гладкий, твердый.

Развивающие:

- развивать мелкую моторику пальцев рук, тактильные ощущения, речевое дыхание.

Воспитательные:

- воспитывать любовь и бережное отношение к природе, желание помочь, вызвать эмоциональный отклик от совершённых действий.

Способы: игровая мотивация, проблемные вопросы, здоровьесберегающие технологии: пальчиковые игры, самомассаж, дыхательная игра, психогимнастика.

Материал: игрушка-белочка, игрушка-зайчик, искусственные ёлочки, шишки, корзинка, орехи фундук, вырезанные из бумаги грибочки и корзиночки, солнышко, прищепки.

Оборудование: музыкальные композиции для прогулки по лесу, для дыхательной гимнастики.

Ход НОД:

1.Организационный момент:

Все собрались?

Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись.

-Ребята, какое время года наступило? (весна)

-А какая погода на улице? (холодно, пасмурно, дует ветер, идёт снег)

-Вы хотите сегодня прогуляться? (да)

-Ребята, давайте позовём солнышко, чтобы было теплее и веселее.

Солнышко-вёдрышко

Выгляни в окошко

Согрей, обогрей

Телят, ягнят

Ещё маленьких ребят.

- Не слышит солнышко.

- Вы хотите пойти в гости к солнышку? (да)

- Живёт оно за лесом, за болотом. По пути будем выполнять разные упражнения, которые помогут нам укрепить здоровье. Согласны? (да)

- Пойдём по тропинке. Смотрите, ребята, сугробов-то сколько! Давайте их перешагнём (перешагивание через сугробы)

- Пойдём по узкой тропинке через сугробы. Ступайте осторожно, чтобы не оступиться. Руки в сторону, спинку держим ровно (ходьба по дорожке)

- А теперь по кочкам (прыжки с кочки на кочку)

- Вот мы и добрались до леса. В нашем весеннем лесу идет снег. Снежинки падают и

кружатся. Давайте поможем ветерку поиграть со снежинками.

2. Дыхательное упражнение «Подуй на снежинки»

3. Встреча с зайцем.

-Ребятки, посмотрите под елочкой шишки лежат. Сколько их?

-Много. Сожмите шишку в ладошке, как колются чешуйки. Значит, какая шишка?

-Колючая!

-Давайте соберем их в корзиночку!

-Смотрите, ребята, кто-то притаился под ёлочкой. Вы хотите узнать, кто это? (да)

-Тогда пойдём, посмотрим

(ребята встречают зайчика)

-Ребята, вы узнали, что это за зверёк? (зайчик)

-Давайте поздороваемся с ним и узнаем, почему зайчик такой грустный.

(здороваются)

-Что случилось, Зайчик? Почему ты грустишь?

- Я жду маму. Очень замёрз.

.-Надо что-то придумать. В нашей корзинке лежат шишки. Как бы научить зайчика греть лапки с помощью шишек? (сделать массаж)

Самомассаж с использованием шишек:

Раз, два, три, четыре, пять,

Шишку будем мы катать.

Шишку будем мы катать,

Раз, два, три, четыре, пять.

Сосновая шишка нам колет ладошки.

Мы покатаем шишку немножко.

/дети берут по шишке и начинают движением вперёд-назад двигать её между ладошками, затем вращать круговыми движениями и в последнюю очередь одной рукой берут шишку и начинают ритмичными движениями дотрагиваться до другой ладошки/

-Ну, что нагрелись ручки, а у зайчонка лапки? Дотроньтесь ладошками до щёчек.

Какие ладошки? (тёплые)

-Значит, порядок. Идем дальше.

4. Встреча с Белочкой.

- Ой, ребята, кто-то плачет.

-Белочка!

-Ребятки, она говорит, что повесила грибы сушиться, а они рассыпались.

Поможем Белочке собрать грибочки?

Дигра «Собери грибочки»

/ Дети подбирают грибочки по цвету корзинки/

Бельчонок благодарит детей и дарит им орешки.

-Спасибо тебе, Белочка! Посмотрите, ребята, орешки какие?/ сравнивают с шишками/
Сожмите в ладошке, он не сжимается-твердый. Какой орешек?

-Твердый!

-Обведем пальчиком орешек по кругу/воспитатель показывает движение по кругу/

-Какой он формы? А Солнышко какое по форме? /круглое/

-Правильно, молодцы!

-Спасибо, ребята. А куда вы идёте? (мы ищем солнышко)

-А для чего оно вам? (солнышко нужно, чтоб было тепло и светло)

- До свидания, белочка. Мы пойдём дальше.

5. Встреча с солнышком.

-Вот мы и добрались до Солнышка.

-Ребята, но что-то с солнышком не так? Вы заметили ошибку? (оно без лучиков)

-Как же нам исправить это? (сделать лучики)

-Из чего же мы сможем сделать лучики? (из прищепок)

-Какого цвета прищепки будем использовать? (жёлтого)

/дети прикрепляют прищепки к модели солнца/

-Вот и солнышко. Давайте вместе с солнышком сделаем гимнастику для глаз. И бельчонка научим.

Гимнастика для глаз: «Солнышко»

Солнышко вставало, солнышко тучки считало.

Посмотрело вверх, посмотрело вниз,

Вправо, влево, глазками поморгало,

И закрыло глазки, не хочется солнышку просыпаться!

Но просыпаться надо.

Солнышко проснулось, к щёчкам прикоснулось.

(Дети гладят себя по щекам).

Лучиками провело и погладило, и погладило.

(Дети гладят себя по голове).

6. Подведение итогов.

- Ребята, нам нужно возвращаться с прогулки. Давайте попрощаемся с солнышком (до свидания).

- Вам понравилось гулять? (да)

- Кому помогли в пути? (зайчику, белочке)

- Как мы им помогли? (ответы детей)

- Какое настроение у нас было, когда солнышка не было в небе? (грустное)

- А когда солнышко засияло в небе, как изменилось наше настроение? (мы стали весёлыми)

- Молодцы, ребята. Во время прогулки мы получили заряд бодрости, хорошее настроение и даже укрепили своё здоровье.