Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 84

комбинированного вида Калининского района Санкт – Петербурга

**Конспект занятия с средней группе с применением здоровьесберегающих технологий**

**«Помощники доктора Айболита»**

Подготовила воспитатель группы №4 «Радуга»

Гречко Анна Геннадьевна

2023г.

**Конспект занятия в средней группе с применением здоровьесберегающих технологий**

**«Помощники доктора Айболита»**

**Цель**: создание условий для формирования у детей осознанного отношения к сохранению и укреплению своего здоровья.

**Задачи:**

Обучающие – Расширять представления детей о способах сохранения и укрепления здоровья.

Развивающие – Развивать у детей двигательную активность, интерес к подвижным играм и дыхательным упражнениям.

Воспитательные – Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

**Реализация содержания программы в образовательных областях:** «социально-коммуникативное развитие», «познавательное развитие», «речевое развитие», «физическое развитие».

**Виды детской деятельности:** познавательно-исследовательская, игровая.

Материалы и оборудование: игрушки (еж, заяц, лиса, утенок, медуза(сделанная из зонта)), мячи «Су-джок», тренажеры дыхания-перья, привязанные к палочкам, муляжи овощей, музыкальный проигрыватель, гимнастическая дорожка, отрез синей ткани, предметы личной гигиены, мешочек.

**Словарная работа:** предметы личной гигиены, полезные продукты, здоровый образ жизни.

**Предварительная работа:** чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр», рассматривание картинок с изображением предметов личной гигиены, игры с шариками «Су-джок».

**Ход:**

Воспитатель в костюме доктора заходит в группу.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята, вы конечно узнали меня. (Ответы детей). Ну конечно, я доктор Айболит! Ребята, мне сегодня поступило много звонков от лесных зверей. Многие из них заболели. Я боюсь, один не справлюсь. Может, вы мне поможете их все навестить и вылечить? Отправитесь со мной в путешествие?

Дети: Да!

Воспитатель: Отлично! Но сначала давайте мы с вами пожелаем друг другу здоровья и зарядимся хорошим настроением! Вставайте в круг и повторяйте все за мной!

Упражнение «Доброе утро!»

1. Доброе утро! (руки на поясе, улыбаемся друг другу)

Улыбнись скорее!

И сегодня весь день (хлопаем в ладоши)

Будет веселее!

2. Мы погладим лобик, (выполняют движение по тексту)

Носик и щечки.

Будем мы красивыми (фонарики)

Как в саду цветочки!

3. Разотрем ладошки (выполняют движения по тексту)

Сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем

Смелее, смелее!

4. Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем.

Улыбнемся снова. (руки на поясе, улыбаемся друг другу)

Будьте все здоровы!

Воспитатель: Отлично, ребята! Отправляемся в лес по этой тропинке. Ведь ходьба пешком очень полезна для здоровья!

Дети идут по массажным коврикам.

Воспитатель: А вот и первый пациент. Кто это, ребята? Правильно. Это зайчик и у него болит животик. Наверное, съел что-то вредное. Мы, зайка, принесли тебе полезные овощи. И сейчас с ребятами приготовим тебе вкусный и полезный салатик.

Пальчиковая игра «Мы капусту рубим…»

Воспитатель: Молодцы! Поправляйся, зайка! И больше не ешь вредную еду!( дает зайке таблеточку). А нам пора к следующему пациенту.

Подходят к ежу.

Воспитатель: Ребята, ежик пожаловался на лапки! Ежик, надо лапки разминать. Вот мы сейчас с ребятами тебя научим!

Дети садятся за стол.

Мячик «Су-джок»

Я мячом круги катаю,

Взад-вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк-

Мяч летает между рук.

(движения соответствуют тексту)

Воспитатель: Молодцы!(Собирает мячи) Вот мы научили ежа разминать лапки. Нам надо идти дальше.

Дети подходят к игрушке лисы.

Воспитатель: Лисичка жаловалась мне, что у нее все тело чешется и шкурка стала тусклой. Это все потому, что лисичка не знает правил личной гигиены. А вы, ребята, знаете? Вот сейчас проверим. (Достает мешочек с предметами личной гигиены) Давайте ребята поиграем с вами. Угадаете на ощупь, что лежит в мешке?

Игра «Чудесный мешочек».

Ход игры: дети поочередно отгадывают предметы из мешка, затем достают и называют их назначение.

Воспитатель: Теперь лисичка знает, как важно соблюдать правила личной гигиены, ведь это- залог здоровья! (Воспитатель умывает лису) Вот лисичка пользуйся на здоровье! А нам пора идти дальше.

Подходят к утенку.

Воспитатель: Ребята, этот утенок любит петь и танцевать, но сейчас у него болит горло. Ведь он много дышал ртом на улице и вдыхал холодный воздух. Ребята, а чем надо дышать? Правильно, носом! А еще нужно тренировать дыхание. Ведь свежий воздух так полезен для здоровья. А давайте сейчас вместе с вами покажем утенку одно веселое упражнение, которое развивает дыхание?(Воспитатель раздает тренажеры дыхания каждому ребенку).

Дыхательное упражнение «Перышко»

Ход: Дети дуют на перо, привязанное к палочкам, стараясь, чтобы оно летело вверх.

Воспитатель: Молодцы, ребята! (Собирает тренажеры в коробку) Держи утенок лекарство от боли в горле. ( Утенок начинает петь и танцевать) И больше ртом зимой не дыши!

Воспитатель: Ребята нам пора возвращаться в группу, но сначала нужно переплыть это море. Вы знаете, что плавание тоже очень полезно для здоровья? А переплыть море нам поможет большая медуза. И чтобы она нас не ужалила, давайте поиграем с ней веселую игру.

Танец-игра «Медуза» под музыку.

Воспитатель: Ну вот, мы и в группе.

Рефлексия.

Воспитатель: Вам понравилось наше путешествие? А что вам запомнилось больше всего? А что показалось трудным? (ответы детей)

Сюрпризный момент.

Воспитатель: Ребята, спасибо за вашу помощь! В благодарность хочу подарить вам вкусные и полезные витаминки! И на прощание хочу сказать:

Дети - радость пап и мам!

И поэтому в сей час

Пожелать хочу я вам,

Чтобы радовали нас

Вы здоровьем крепким, крепким,

И смеялись чаще!

Чтоб росли вы, наши, детки,-

Вы ведь - наше счастье! До свидания, ребята!







