**Целебная сила цвета  
Цель:** познакомиться с тем, какое влияние разные цвета оказывают на физическое и эмоциональное состояние человека; закреплять двигательные навыки, формировать потребности в здоровом образе жизни; воспитывать умение сопереживать, состязаться и действовать в коллективе.  
Оборудование: дуги, скамейки, мягкие модули, кегли, игрушки, листочки и цветы из картона, мешочки с крупой, обручи.  
  
 Ход НОД (физическое развитие)  
Дети входят в зал, строятся.  
  
**Ведущий.** Здравствуйте! Сегодня мы будем говорить о разных цветах. Она оказывают благотворительно влияние на здоровье. Каждый цвет имеет свою целебную силу.  
Красный - пробуждает в человеке мужество, делает его сильным и отважным.  
Оранжевый – цвет сновидения, сказки, фантазии.  
Желтый – цвет радости, веселья, счастья.  
Зеленый – успокаивает; этот цвет самый целебный; этот цвет живой природы, травы и листьев.  
Голубой – цвет прохлады, чистого неба.  
Синий – цвет глубины моря, безграничных возможностей.  
Фиолетовый – цвет мечты, будущего, веры в чудо.  
Белый – отталкивает зло.  
Скажите, в какой цвет вы бы хотели покрасить свою комнату? Почему? (Ответы). Сейчас мы разделимся на три команды, нам помогут в этом карточки разных цветов. (Дети берут по одной карточке и строятся в три колоны). Скажите, а что обозначает ваш цвет? (Ответы). Предлагаю отправиться в лес, что бы почувствовать целебную силу зеленого цвета, подышать свежим воздухом.  
Эстафет «Выложи дорожку». Каждый ребенок на бегу кладет кирпичик в ряд. Затем все дети проходят по одной дорожке и перестраиваются в колонну по одному.  
**Ведущий.** Вот мы и в лесу. Идём среди высоких деревьев. (Ходьба на носках, руки вверх.) Идём среди кустарников. *(Ходьба в приседе руки вверх.)* Перешагиваем через поваленные деревья. *(Ходьба с высоким поднимание ног, бег по кругу, змейкой, с остановкой)*. Посмотрите, на нашем пути красивые камешки ( мешочки из разных тканей набитые крупой). Какого они цвета? Что он обозначает? *(Ходьба по мешочкам.)* Возьмите себе по камешку - какой кому нравиться.  
Проводиться упражнения с мешочками *( сживать правой и левой рукой поочередно, поднимать вверх, перекладывать в другую руку, тянуться, положить на голову, шаг вперед и назад, вправо и влево, сидя на полу; зажать мешочек стопами и забросить его в корзину).***Ведущий.** А сейчас на нашем пути полоса препятствий.  
 Эстафета *«Преодолей препятствие» включает следующие задания: перепрыгнуть через мягкий брус, опираясь на руки, проползти по-пластунски под дугами, пробежать по узкой стороне скамьи, перепрыгивая на двух ногах через маленькие бруски.***Ведущий:** вот мы и в лесу. Давайте сядем и послушаем звуки леса (звучит музыка леса). Мы слышим, как рычит медведь, жужжит оса, каркает ворона, пищит синица, кукует кукушка (дети имитируют звуки).  
В зал входит Лесовичок.  
**Лесовичок:** здравствуйте, гости дорогие! Вы знаете, как надо правильно вести себя в лесу? (ответы). В лесу был очень сильный ветер, он унес все листочки из моей коллекции. Они порвались, а я никак не могу их соединить. Помогите мне пожалуйста.  
Дети играют в игру «Собери листочки». Им раздают половину листочков разной формы. Под музыку они бегают по залу, кружатся, по сигналу ищут свою половину, составляют лист.  
**Лесовичок:** Недавно в лесу был пожар. Бедные зайчата, спаслись добравшись до островка, но выбраться оттуда не могут. Вы не могли бы им помочь?   
Проводится эстафета *«Спаси зайчат»,* которая включает такие задания: пробежать змейкой между кеглями, прыгать по кочкам, достать одного зайчика из колодца и вернуть обратно бегом.  
**Лесовичок:** Спасибо, ребята, вы сделали очень доброе дело. А теперь давайте подуем изо всех сил, что бы пожар прекратился. У меня к вам еще одна просьба. Помогите украсить лес, который пострадал от пожара. Давайте оживим его цветами.   
Дети играют в игру *«Цветик- семицветик»*: берут по одному лепестку и кружиться по залу, по сигналу бегут к обручу соответствующего цвета и собирают цветок  
**Ведущий:** Лесовичок, дети знают очень хорошую песню. Я думаю, она понравиться и тебе, и лесным жителям.  
Дети исполняют песню «Мир цветной»

**Лесовичок:** Молодцы! Вы мне очень помогли. Но пора заниматься делами: их у меня очень много. До свидания!  
**Ведущий:** Нам тоже пора возвращаться. Вам понравилась в лесу? Почему? Какой цвет преобладает в лесу? (Ответы).  
Верно. А теперь нам снова приходиться идти среди высоких деревьев (*ходьба на носках; руки вверх)*, среди *кустарников (ходьба в приседе; руки вперед*), по траве *( ходьба на коленях и локтях).*Вот мы и вернулись в детский сад. Скажите, какие цвета окружают вас в детском заду? (Ответы). Верно. Я желаю вам здоровья и хорошего настроения.