**Конспекты сюжетных занятий с использованием**

**здоровьесберегающих технологий**

**«Что такое здоровье?»**

**Цели:** создать обстановку доверия в группе;

 дать четкие представления о духовно – нравственных основах здоровья;

 вызвать положительное эмоциональное отношение к ценности собственной жизни и жизни других людей.

1. **Ромашка.**

 **Воспитатель.** Вы помните, чем мы занимались на первом занятии? Давайте сейчас опять пожелаем друг другу здоровья, но сделаем это без слов: посмотрите в глаза, улыбнитесь друг другу, обведите взглядом по кругу всех нас, кивните друг другу и мысленно пожелайте здоровья.

 *Дети выполняют*.

Продолжим игру в «Ромашку».

 *Воспитатель отрывает лепесток и читает «Здоровому все здорово».*

Как вы понимаете?

**Дети.** Кто здоров тот всему радуется.

 *Воспитатель просит детей оторвать следующий лепесток. На нем написано: «Здоровья не купить*».

**Воспитатель.** А этот совет что значит?

**Дети.** Здоровье надо беречь.

 *Воспитатель просит детей оторвать третий лепесток. Читает:»Болезнь человека не красит».*

**Воспитатель.** Дети, как вы это понимаете?

**Дети**. Больной человек ничему не радуется.

 *Воспитатель отрывает следующий лепесток и читает: «Труд – здоровье, лень – болезнь».*

**Воспитател**ь. Что это значит?

**Дети.** Что бы быть здоровым, надо трудиться.

**Воспитатель.** Правильно. Давайте узнаем. Что написано на оставшемся лепестке.

 *Дети отрывают лепестки, воспитатель читает: «Здоровье дороже богатства» и «Береги платье снову, а здоровье смолоду». Дети высказывают свои предположения.*

1. **Цветы.**

Наши алые цветы *Дети складывают ладоши*

Распускают лепестки. *в виде бутона и прижимают*

 *друг к другу, затем медленно же*

 *раскрывают, имитируют*

 *распустившийся бутон*.

Ветерок чуть дышит,

 лепестки колышет. *Дети производят колебательные*

 *движения каждым пальцем.*

Наши алые цветы

Закрывают лепестки. *Детские пальчики образуют бутон.*

Тихо засыпают,

 Головой качают. *Дети производят круговые движения*

 *Кистями, сложенными в виде бутона*.

*Организуется физкультминутка «Дождик».*

1. **Релаксационная пауза.**

 *Воспитатель предлагает детям нарисовать в тетрадях ромашку. У неё должно быть восемь лепестков, и все должны быть красиво раскрашены.*

 *Дети выполняют. Организуется выставка рисунков.*

 **Воспитатель**. Молодцы, ребята, теперь наша ромашка опять целая и невредимая, и ей интересно узнать, понравились ли вам её советы.

 *Дети передают мячик друг другу и отвечают.*

 *Далее организуется игра на развитие слуховой памяти и внимания «Телефон».*

 « **Какой я, какие другие?»**

**Цели:** развивать чувство единства, сплоченности;

 учить действовать согласованно.

1. **Эхо.**

Задача игры – настроить детей на работу, дать каждому почувствовать себя в центре внимания.

 *Дети сидят на стульчиках в кругу.*

**Воспитатель.** Тот, кто сидит справа от меня, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши вот так: «Се - ре - жа, Сережа», а мы дружно за ним повторяем, как эхо. Затем по порядку прохлопывают свое имя все сидящие, а мы повторяем, как эхо.

 *Дети выполняют.*

1. **Пальчики.**

Цель упражнения – координация движений и мелкой моторики, развитие памяти.

**Воспитатель**.

 Дружат в нашей группе девочки и мальчики.

 Мы с тобой подружим маленькие пальчики.

 Один, два, три, четыре, пять!

 Начинаем счет опять.

 Один, два, три, четыре, пять!

 Вот и кончили считать.

Покажите правую руку, а теперь – левую. Давайте подружим наши пальчики.

 *Дети складывают руки в замок и поочередно соединяют пальчики правой и левой рук, начиная с мизинцев.*

Очень хорошо.

1. **Волшебный мешочек**

Цель упражнения – активизировать тактильное восприятие.

**Воспитатель**. Это волшебный мешочек. Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка и, не заглядывая туда, на ощупь определите, что в нем лежит. Кто догадался, хранит свой секрет и молчит.

 *Дети выполняют.*

Что лежит в мешочке?

**Дети.** Воздушный шарик!

1. **Воздушный шарик**

Цель игры – научиться расслаблять мышцы живота.

**Воспитатель**. Представьте, что шарик у вас в животе, и вы его должны надуть. Положите руку на живот. Набираем воздух, надуваем животик, как большой шар. Чувствуете, как он растет? А теперь сделаем вдох и сдуем шарик. Отлично! Повторим еще раз вдох – выдох, вдох – выдох.

 *Дети выполняют.*

1. **Угадай, чей голосок?**

Цель игры – развивать слуховое восприятие.

**Воспитатель**. Встанем в круг и возьмемся за руки. Один человек внутри круга. Кто хочет встать в центр?

 *Выбирается водящий.*

 Женя, ты сейчас в лесу.

 Мы зовем тебя: «Ау!»

 Ну – ка глазки закрывай, не робей,

 Кто зовет тебя – узнай поскорей.

 *Водящий окликает детей по очереди. Игра повторяется несколько раз*

 «**Мой волшебный цветок»**

 **Цели:** дать детям четкие представления о скрытых в них возможностях развития чувств, ума, физического здоровья;

 обогатить их опыт социокультурными представлениями;

 побудить к активным личностным проявлениям.

 **1. Цветок «Я»**

**Воспитатель**. Я хочу предложить вам путешествие в мир своих возможностей, чтобы лучше себя узнать. Каждый из вас – чудесный цветок, а каждый из лепестков – то, что очень важно для человека. Какие лепестки будут у этого цветка?

 *Дети строят предположения. Воспитатель раскладывает лепестки с надписями: «Я», «Мое тело», «Мой ум».*

В центре цветка – «я», а остальные лепестки означают, то из чего состоит мое «я». И первый лепесток говорит нам о важности нашего тела. Почему?

 *Дети строят предположения.*

Давайте сыграем в игру «Мое тело». Я буду называть части тела, а вы подберете рифму. Например, пузик – арбузик.

 *Организуется игра «Мое тело*».

Молодцы, ребята. Второй лепесток «Мой ум». Что значит для человека ум?

 *Дети отвечают*.

Правильно, дети, недаром в пословице говориться: «Ум – всему голова». Как *вы это понимаете?*

 *Дети отвечают.*

 **2. «Солнышко»**

 *Воспитатель предлагает детям выполнить упражнения на развитие мелкой моторики. Он читает четверостишье, а дети сгибают и разгибают пальчики.*

 Солнышко просыпается,

 Лучики раздвигает.

 Солнышко засыпает,

 Лучики собирает.

**Воспитатель***.* Возьмите карандаши и нарисуйте у себя свой «цветок волшебства», каждый лепесток разным цветом.

 *Звучит музыка. Дети выполняют задание*