**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*