**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №25»**

**Московского района г. Санкт-Петербурга.**

**Группа «МАЛЫШОК».**

**Воспитатель Красноруженко Наталья Александровна.**

**Занятие «МАСТЕРСКАЯ ЗДОРОВЬЯ».**

Сценарий открытого занятия (показывают дети младшего возраста).

**Цели:**

1. Укрепление опорно-двигательного аппарата, повышение пластичности мышц.

1. Подобранными упражнениями оказание влияния на развитие речи и интеллектуальные способности детей.
2. Применение самомассажа как нетрадиционного, но эффективного направления по развитию мелкой моторики и подготовке детей к письму.
3. Применение аурикулярного массажа ушных раковин, как одного из самых быстрых и эффективных методов оздоровительного самомассажа, повышение работы иммунной системы организма.
4. Укрепление психоэмоциональной устойчивости и физического здоровья.
5. Воспитание чувства любви и доброго отношения к товарищу.
6. Формирование коммуникативной культуры (способность чувствовать   настроение другого человека и сопереживать).
7. Развитие эмоциональной отзывчивости.

**Задачи:**

1. С помощью массажа способствовать заметному улучшению общего состояния, приливу бодрости и работоспособности, возможности сосредоточиться и быть более внимательным.
2. Применить на практике самомассаж лица, направленный на развитие и улучшение памяти, абстрактного мышления, интеллекта, развитие речи.
3. Повысить тонус мышечной системы детей.
4. Проведение упражнений, способствующих развитию внимания, произвольному переключению движений.
5. При воздействии на кожу, связки и мышцы в процессе массажа, добиться ответной положительной реакции нервной системы.
6. Под воздействием несложных массажных упражнений достичь нормализации мышечного тонуса, стимуляции тактильных ощущений. Самомассажем мышц предплечья, кистей и пальцев обеих рук улучшить координацию произвольных движений, снять излишнее напряжение.
7. Закреплять умение детей выполнять упражнения под счет, стихотворный текст педагога.
8. Воспитывать желание у детей заниматься физкультурой, создавая бодрое, радостное настроение.

**Предварительная работа:**

1.   Беседы о доброте, о ласке, друзьях.

2. Обсуждение необходимости бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

3.   Изготовление аппликации «Паровоз».

4.   Проведение разъяснительной беседы о связи массажа и сохранением здоровья.

5.   Разучивание движений.

6. Разучивание очередности упражнений.

**Список литературы и музыкальные источники:**

1. Казин Э.М., Лурье С.Б. Состояние здоровья школьников и факторы его формирующие. В сб. Валеологические аспекты образования. - Кемерово, 1995.-С.96-100.
2. Т. Куликовская, «Массаж лицевых мышц», изд. Книголюб, 2006.
3. [Журнал "Медицинское обслуживание и организация питания в ДОУ", 2010 год](http://www.menobr.ru/products/200/)
4. Минусовка «Паровозик».

**Атрибуты:**

1. Магнитола.
2. СD-диск.

**Действующие лица:**

1. Ведущий-взрослый.
2. Дети.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

П е д а г о г:

Здравствуйте дорогие гости, добро пожаловать в нашу «МАСТЕРСКУЮ ЗДОРОВЬЯ».

А «мастерской» она называется потому, что мы сами следим за своим здоровьем, не болеем, а если вдруг почувствуем недомогание, то самостоятельно излечиваемся без всяких таблеток и пилюль. И в этом нам помогает массаж.

Путь туда не близкий, садитесь в наш поезд и вперед!

1. **Массаж спины «Паровоз»:**

Дети встают друг за другом «паровозиком».

П е д а г о г:

Едет, едет паровоз,

Две трубы и сто колес.

В паровозе быстро мчимся

и смеемся, веселимся.

Педагог:

Паровоз кричит: «Ду-ду!

Я иду, иду, иду!»

Поколачивание кулачками.

А вагоны стучат, а вагоны говорят:

«Так-так-так! Так-так-так!

Похлопывание ладошками.

Так-так-так! Так-так-так!»

Поглаживание ладошками сверху вниз - от шеи к пояснице и от поясницы к шее.

И с горы на гору,

Указательными пальцами поглаживание поперек спины.

Вдоль забора.

1. **Плантарный массаж стоп « Телефон»**

П е д а г о г:

Своих мам мы очень любим

и расстраивать не будем.

Наши мамы говорили,

чтобы мы им позвонили.

Давайте сядем, позвоним и скажем нашим мамам, что мы приехали и все у нас в порядке.

Надавливание пальцами рук на стопу поочередно левой и правой ноги.

Педагог:

В мастерской у нас тепло,

Но погляди-ка ты в окно.

Хоть весна и наступила,

но теплом не одарила.

Давайте сделаем массаж от простуды.

1. **Массаж биологически активных зон «Неболейка»** для профилактики простудных заболеваний.

Педагог:

  Чтобы горло не болело,

 Поглаживание ладонями шеи.

Мы его погладим смело.

 Надавливание на крылья носа и круговые движения указательными пальцами.

Чтоб не кашлять, не чихать,

  надо носик растирать.

 Открытая ладонь параллельно полу, движения от виска к виску.

Лоб мы тоже разотрем,

  ладошку держим козырьком.

Пропускать ухо между указательным и средним пальцем (**аурикулярный массаж)**

Вилку пальчиками сделай,

Массируй ушки ты умело.

Взяли ушки за макушки Большим и указательным пальцами с обеих сторон.

Потянули…

Несильно потянуть вверх.

Пощипали…

Несильные нажимы пальцами, с постепенным продвижением вниз.

Вниз до мочек добежали.

Мочки надо пощипать:

Пощипывание в такт речи.

Пальцами скорей размять…

Приятным движением разминаем между пальцами.

Вверх по ушкам проведём

Провести по краю уха, слегка сжимая большим и указательным пальцами.

И к макушкам вновь придём

 Потереть ладошки друг о друга.

Знаем, знаем да-да-да

Нам простуда не страшна.

1. **Дыхательная гимнастика.**

П е д а г о г:

Вот и закончилась дорожка   
 успокоились немножко.

Вдох - с улыбкой   
 день встречаем,  
 Выдох -   
 всё мы замечаем.  
Движения соответствуют тексту

Вдох - мы руки развели  
 И плывём как корабли.  
 Выдох - вместе с капитаном  
 Странствуем по разным странам.

Вдох - спешим за облаками,  
 Машем крыльями-руками.  
 Выдох - вот уже летим,  
 Руки в крылья обратим

Вдох - мы встанем у порожка.  
 И опять начнём играть,  
 День с улыбкою встречать.

П е д а г о г:

Наши гости дорогие!

Мы с ребятами вам скажем –

если овладеете массажем,

то и сами заболеть не сможете

и другим поможете!

.