***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 52 « Солнечная полянка»
 города Чебоксары Чувашской Республики***

***Конспект***

***открытого занятия в средней группе***

***«Дорожка здоровья»***

***Разработала воспитатель Димитриева И.Г.***

***2014 год***

***Конспект занятия в средней группе по формированию ЗОЖ***

***«Дорожка здоровья»***

**Образовательные:** 1. учить детей заботиться о своем здоровье;

2. формировать представления о важности для здоровья умение правильно дышать;

3. дать понятие о природных факторах: солнце, воздух и вода;

4. расширять представление о пользе леса.

**Развивающие:** 1. побуждать детей отвечать на вопросы через поисковую деятельность;

2. активизировать речь;

3. развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

**Воспитательные:** 1. воспитывать желание быть здоровым;

2. привить интерес к дыхательной гимнастике.

Методы и приемы:

1. Сюрпризный момент (Фея здоровья).
2. Путешествие по дорожкам здоровья.
3. Художественные слова: загадки.
4. Вопросы.
5. Опытно-поисковая деятельность.
6. Игровая дыхательная гимнастика.

Материалы и оборудования:

- пособия для дыхательной гимнастики;

Словарная работа: воздух, чистый, ароматный, свежий; закаливание, дыхательная гимнастика, бурлящий, спокойный, сильный.

**Ход занятия.**

**Фея Здоровья**: - Здравствуйте, ребята. Посмотрите, сколько гостей сегодня у нас! Давайте с ними поздороваемся. (*Здравствуйте*)

Как вы думаете, кто я, откуда я пришла? (*ответы детей*)

**Фея Здоровья:** Я – Фея Здоровья. И пришла к вам из страны Здоровья. Я приглашаю вас путешествовать вместе со мной. Вы согласны? (*Да*)

Дорога у нас непростая. Все готовы? Отправляемся в путь. В дороге не мешаем друг друга, помогаем. (Ходьба через препятствия: обычная ходьба, перепрыгиваем через кочки, проходим болото).

Ребята, мы с вами немного отдохнем, остановились. Послушайте загадку: Весной одевается,

Осенью раздевается. (*лес*)

Давайте посмотрим, правильно ли мы отгадали? (картина с осенним лесом, стакан с водой, куда накапали пихтовое масло)

Правильно ребята, мы пришли с вами в осенний лес. А какие деревья растут в лесу? (*береза, дуб, осина, клен, ель лиственница, сосна*)

Как нам здесь дышится? (легко)

Воздух здесь какой? (*чистый, свежий, ароматный, хвойный*)

Правильно. Чистый воздух полезен для здоровья. Давайте представим с вами, что мы находимся в сосновом лесу. В сосновых лесах воздух самый чистый; сосновый воздух полезен людям, этот воздух лечит от многих заболеваний. Давайте ребята мы с вами подышим этим воздухом (*Дыхательная гимнастика «Обними плечи»)(3 раза)*

Как вы думаете какую пользу приносит лес? (*собираем грибы, ягоды, лес дает дерево, это дом для многих диких животных и птиц*).

Поэтому ребята в лесу нельзя шуметь, пугать птиц, просто так рвать цветы, ломать деревья.

Путешествие наше продолжается. Дорога в лесу сложная, много препятствий, идем спокойно, наслаждаемся сосновым воздухом. Вот мы с вами выходим на узенькую дорожку, пойдем приставными шагами, а впереди высокая трава пойдем высоко поднимая ножки.

Ой ребята я слышу журчит лесной ручеек *(музыка шум воды),* а вы слышите? Давайте послушаем все вместе. Около ручейка мы с вами немножко отдохнем. Здесь приготовлены столы и стулья. Посидим около воды. А для чего нужна нам вода? (*пить, мыть ручки, готовить еду, стирать, для растений, для животных*). Правильно ребята. Вода успокаивает и закаливает наш организм. Давайте же мы с вами поэкспериментируем, как течет речка. *(Дыхательная гимнастика «Бурлящая речка, спокойная речка»).*

Пока мы с вами немножко отдохнем. Давайте в это время отгадываем загадку. Кто хочет?

|  |  |
| --- | --- |
| *Меня пьют, меня льют.* *Всем нужна я,* *Кто я такая?**Много меня - пропал бы мир,* *Мало меня - пропал бы мир,*  | *В жаркий день* *Самой желанной бывает.**Очень добродушная,* *Я мягкая, послушная,* *Но когда я захочу,* *Даже камень источу.* |

А наше путешествие продолжается дальше. Давайте мы с вами поплывем по речке, сядем на лодку. (руки вместо весла, гребем веслом; лодка качается, наклоны в стороны).

Вот мы с вами вышли в поле. Осенью в поле гуляет ветерок, то он тихий, медленный, то сильный и бывает безветренная погода. ***(Дыхательная гимнастика «Ветерок»)***

Осенний ветерок холодный, прохладный, поэтому здесь мы не можем долго гулять, отправляемся домой. Идем спокойно, любуемся осенней погодой.

Ребята, вам понравилось путешествовать вместе со мной, с Феей Здоровья? (*Да*). И что мы сегодня с вами узнали? (в лесу чистый воздух и полезный; лес –дом для многих диких животных и птиц)

Чтобы быть здоровым надо уметь правильно дышать. А в лесу воздух чистый, дышится легко, у воды тоже дышится легко. Чтобы не болеть, нам надо утро начинать с зарядки, организовать прогулки в лес, к речке и конечно же правильно дышать.

Молодцы ребята. Мне понравилось вместе с вами путешествовать. До новых встреч!