***Конспект открытого занятия  по валеологии с использованием***

***здоровьесберегающих технологий***

***в средней группе***

***Тема: «На помощь к зайчику****».*

Задачи:

1. продолжать учить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью;
2. развивать процессы обобщения и классификации по определённому признаку;
3. активизировать  и расширять словарный запас ;
4. сохранять и стимулировать здоровье детей с помощью технологий: игры со снегом, гимнастика для горла, приём «лимонной дольки с мёдом»;
5. воспитывать валеологическую культуру для формирования осознанного отношения к здоровью;
6. воспитывать в детях чувство сострадания, стремление помочь больному человеку.

Материал к занятию:

Мягкая игрушка – заяц, плоскостной домик, деревья, подносы со снегом, ведерко со снегом, маленькие картонные коробки, салфетки, крупные бусины разного цвета, ватные палочки, воздушные шары, фрукты, овощи, корзинка, угощение «лимонные дольки с мёдом».

Предварительная работа:

Разучивание комплекса оздоровительных упражнений для горла, отгадывание загадок о явлениях природы, заучивание стихотворений, Беседа «Как быть здоровым», чтение художественного произведения К.Чуковского «Айболит», проведение опытов со снегом.

Ход занятия:

*Звучит музыка, дети заходят в зал, здороваются с гостями.*

В.: Дети, сегодня мы пойдем на прогулку в зимний сказочный лес.

*Неожиданно раздается голос в микрофон.*

Голос: Внимание! Внимание! Говорит лесное радио. Слушайте последние новости. Доктор Айболит сегодня утром улетел в Африку навестить больных зверюшек. Лисы и волки помирились и договорились больше не ссориться.

А сейчас слушайте самое важное событие.

Зайчонок Кузьма наелся снега и у него заболело горло и поднялась температура. Требуется срочная помощь. *(звучит музыка).*

В.: Ребята, вы слышали? Наш знакомый зайчонок заболел. Что же нам делать? *(ответы детей)*

В.: Конечно, мы должны помочь нашему другу зайчонку. Давайте соберем все необходимое в дорогу.*(дети садятся на стульчики)*

*Игра:*«Выбери нужное»*.*

*Описание игры:*детям предлагается из каждой пары предметов выбрать один, необходимый для лечения  зайчонка *(градусник и машинка, микстура и конфета, мед и мороженое, шарф и книга).*Выбранные предметы дети складывают в корзинку.

В.: Чтобы быстрее поправиться, помогают не только лекарства. А что еще помогает человеку быстрее выздороветь? *(ответы детей)* Для скорейшего выздоровления нужно есть витамины, которые нам дает природа - это овощи и фрукты. Они не только полезные, но и очень вкусные *(дети подходят к столу, на котором лежат лимон, яблоко, апельсин, клюква, чипсы, сухарики, лимонад, жевательная резинка).*

В.: Давайте сложим  витамины в красивый пакет.

*Музыкальная физкультминутка*«Веселые зайчата»

В.: Дети, мы собрали все самое необходимое и теперь пора отправляться к зайчонку. Чтобы быстрее оказаться в лесу у заячьей избушки нужно сказать волшебные слова.

*Воспитатель и дети под музыку поворачиваются вокруг себя и трижды произносят волшебные слова: Крибле! Крабле! Бум!*

В.: Вот мы и в лесу. Послушайте как завывает ветер, шумят деревья.

А вот и избушка зайчонка Кузьмы.

*Дети стучатся в дверь, заходят, здороваются с зайчонком, садятся на скамейку.*

*Обыгрывание ситуации «Лечим зайчонка» (дети ставят градусник зайчику, дают микстуру, поят чаем с медом, завязывают шарфом горлышко).*

1-й ребенок: *(гладит зайчонка по голове и читает стихотворение)*

Ах, ты, заинька – зайчишка,

Непослушный шалунишка.

Ты запомни навсегда,

Снег холодный есть нельзя!

2-й ребенок:  Снег совсем не для еды!

Снежок только для игры.

Ты, зайчонок, поправляйся

И к нам в гости приходи.

*Воспитатель укладывает зайчонка в кровать и вдруг замечает  под одеялом микроба - маленький воздушный шар.*

В.: Ребята, знаете почему зайчонку так тяжело? Когда он ел холодный снег, то не заметил, как проглотил микроба – злючку. Когда зайчонок чихает, микробов становится все больше и больше*(воспитатель разбрасывает шарики – микробы).*Нам нужно как можно быстрее спасти зайчонка, а для этого необходимо уничтожить всех микробов. Я знаю, есть такие продукты, которых очень боятся микробы. Как вы думаете, какие? *(ответы детей)*

В.: Больше всего микробы боятся чеснока. Нам нужно быстро собрать микробы, пока их не стало еще больше.

*Дети под веселую музыку собирают шарики и складывают их в большую корзину. Воспитатель водит над корзиной большой головкой чеснока, в середину которой воткнута зубочистка, и произносит волшебные слова: «Крекс, фекс, пекс!» и лопает шарики незаметно для детей.*

В.: Ребята, у нас получилось! Мы уничтожили микробов и Кузьма снова здоров!

*Воспитатель садит зайчонка на стул и укутывает пледом.*

В.: Теперь Кузя запомнит, что снег есть нельзя.

*Комплекс оздоровительных упражнений для горла*

1. «Лошадка». Цокать язычком как лошадки, то громче, то тише. Скорость движения лошадки то увеличиваем, то снижаем (20-30сек).
2. «Ворона». Произнести «ка-а-ар» 5-6 раз, поворачивая голову или поднимая ее. Громко каркала ворона и охрипла. Стала каркать беззвучно и с закрытым ртом (6-7 раз).
3. «Змеиный язычок». Длинный змеиный язычок пытается высунуться как можно дальше и достать до подбородка (6раз).

*Воспитатель хвалит детей.*

В.: Мы с вами знаем, что снег есть нельзя, а с ним можно только играть. Несколько игр мы покажем сейчас зайчонку.  Играя со снегом мы закаляем свои пальчики, но запомните правило: без рукавиц со снегом долго   играть нельзя.

*Дети садятся за столы.*

*Игры со снегом*

1. «Снежные пирожные» - с помощью формочек дети лепят снежные фигурки
2. «Веселые фигурки» - раскрашивание гуашью и ватными палочками фигурок из снега
3. «Цветные льдинки» - дети выкладывают на снегу из крупных бусин различные рисунки

В.:  Вам понравилось играть со снегом? *(ответы детей)*

Молодцы, ребятки. Вы научили зайчонка играть со снегом. Теперь он с удовольствием будет ходить на прогулку.

А теперь погреем наши пальчики.

*Пальчиковая гимнастика*«Греем пальчики»

Мы в снежки играли, пальцы закаляли,

А сейчас мы их согреем, посгибаем, пошевелим.

Раз, два, три, четыре, пять,

Пальцы теплые опять.

В.: Ребята, чтобы горло не болело, надо помнить простые правила.

*Игра*«Можно и нельзя»

*Описание игры:* воспитатель показывает детям иллюстрации, на которых изображены  сюжеты: девочка с сосулькой во рту, мальчик без шапки в холодное время года, дети полощут горло, и т.д. Дети, посмотрев на картинку, определяют, что можно делать, а что нельзя (можно – хлопают в ладоши, нельзя – топают ногами).

*Воспитатель хвалит детей и дарит картинки зайчонку. Кузьма благодарит детей и угощает лимонными дольками с  медом. Дети благодарят зайца и желают ему здоровья.*

В.: Дети, мы сегодня сделали доброе дело: вылечили зайчонка, научили бережно относиться к своему здоровью.

*Вопрос к детям:*Что вы сегодня запомнили самое главное про снег? *(ответы детей)*

Правильно, снег есть нельзя, с ним можно только играть.

А теперь пора возвращаться в детский сад. Давайте встанем в круг, повернемся вокруг себя и произнесем знакомые волшебные слова: крибле, крабле, бум! *(звучит музыка)*

Вот мы и в детском саду.