**Конспект НОД с использованием здоровьесберегающих технологий в средней группе***«****Здоровье – наше богатство****»*.

 Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально - коммуникативное развитие».

Цель: формирование здорового образа жизни,закрепление навыков личной гигиены, знания детей о пользе воды.

Задачи:

Реализовать здоровьесберегающие технологии: пальчиковая гимнастика, технология «Су-джок», психогимнастика *(*музотерапия, танцетерапия).

Развивать познавательный интерес, мыслительную активность.

Воспитывать желание быть здоровым.

Словарная работа: предметы личной гигиены, полезные продукты, здоровый образ жизни.

Материал и оборудование: стол, предметы личной гигиены (расчёска, полотенце, мыло, зубная щётка, зубная паста и т. п.)  аудиозапись песни  «Чунга-Чанга», волшебные шарики «Су-джок».

Предварительная работа**:** чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр», рассматривание картинок с изображением предметов личной гигиены, игры с шариками «Су-джок».

**Ход занятия:**

Дети сидят настульчиках.

Слышен стук в дверь, в гости к детям пришел мальчик – грязнуля.

**Воспитатель.** Мальчик, мальчик, ты откуда?

Как ты к нам попал сюда?

**Мальчик.** Одеяло убежало, улетела простыня,

И подушка, как лягушка ускакала от меня.

**Воспитатель.** Кажется, я догадалась, откуда этот мальчик. А вы помните, из какого он стихотворения? *(ответы детей)*.

**Мальчик**. Ой, ой, ой! Даже не вспоминайте о нем. Он учит меня умываться, а я не хочу. Я хочу играть. Давайте с вами поиграем.

**Воспитатель.** Да что ты! Как же мы с таким грязнулей играть будем? Тебе и руки никто не подаст. Убегут от тебя.

**Мальчик.** Так неинтересно, никто со мной не играет.

**Воспитатель**. Хочешь узнать, почему? Слушай!

**Дети.** Рано утром на рассвете

Умываются мышата, и котята, и утята,

И жучки, и паучки!

Ты один не умывался и грязнулею остался,

И сбежали от грязнули и чулки и башмаки.

Надо, надо умываться по утрам и вечерам,

А немытым трубочистам – стыд и срам! Стыд и срам!

Воспитатель. Теперь ты знаешь, почему с тобой никто не хочет играть.

**Мальчик.** Теперь знаю. Только как же я буду умываться, если меня этому никто не учил?

**Воспитатель:** Давайте поможем мальчику: научим его умываться, пользоваться умывальными принадлежностями.

**Игра *«Выбери нужный предмет»***

(На столе среди различных предметов лежат предметы гигиены.)

 Дети подходят и выбирают среди всех предметов только те, которые помогают нам быть чистыми, опрятными. Дети проверяют правильность выбора друг у друга. Спросить у детей, что они выбрали, для чего нужны эти предметы. Задаю вопрос тем детям, кто выбрал полотенце, зубную щетку и расческу: «Можно взять твою расческу *(полотенце, зубную щетку)*.

Ребенок отвечает: «Нет, полотенце *(расческа, зубная щетка)* должно быть у каждого свое».

Воспитатель хвалит детей.( дети складывают все предметы в коробку).

**Воспитатель.** Теперь ты знаешь, что нужно для того, чтобы быть чистым, следить за своим здоровьем.

**Мальчик.** Теперь я знаю, но я еще не умею этим пользоваться.

**Воспитатель.** Мы тебе поможем. Встаньте все в круг, начинаем игру *«Да вот эдак, да вот так»*.

**Игра *«Да вот эдак, да вот так»***

Мы проснулись утром рано,

Зубы нам почтстить надо.

Зубы мы почистим как?

Дети. Да вот эдак, да вот так! *(показывают)*

Чтобы чистыми нам быть,

Руки с мылом надо мыть.

Руки вымоем мы как?

Дети. Да вот эдак, да вот так! *(показывают)*

Чтоб микробов не бояться,

Надо чаще улыбаться.

Мы лицо умоем как?

Дети. Да вот эдак, да вот так! *(показывают)*

Чтоб душисто пахло тело

Мы мочалкой тремся смело.

Мы мочалкой тремся как?

Дети. Да вот эдак, да вот так! *(показывают)*

Чтоб неряхой не остаться,

Надо срочно причесаться.

А причешемся мы как?

**Дети.** Да вот эдак, да вот так! *(показывают)*

**Воспитатель.** Сейчас тебе все понятно? Посмотри на наших детей, какие они все красивые аккуратные.

**Мальчик.** Да, да! Теперь я все понял.

**Воспитатель.** Ну, тогда иди, приводи себя в порядок *(мальчик уходит)*.

Скажите, ребята, чтобы быть здоровыми, достаточно ли следить за чистотой своего тела, лица, рук?

**Дети.** Нет.

**Воспитатель.** А как мы еще можем укрепить свое здоровье, чтобы быть сильными, ловкими.

**Дети.** Заниматься зарядкой, спортом, играть, бегать, летом кататься на велосипеде, зимой н лыжах, ходить в бассейн, плавать.

**Воспитатель.** Здоровье – это правильное питание. А что значит правильно питаться? Что нужно есть?

**Дети.** Овощи, фрукты, соки, молоко.

**Воспитатель.** Но есть и вредные продукты. Какие?

**Дети.** Конфеты, жвачка, газировка.

**Воспитатель.** Да, ребята, эти продукты надо есть с осторожностью, понемногу, чтобы не испортить зубы.

Чтобы быть здоровыми, надо не только следить за чистотой своего тела, заниматься зарядкой, правильно питаться. А что еще мы с вами делаем?

**Дети.** Тренируем свои пальчики. Если пальчики здоровы, развиты, то мы будем красиво рисовать, уметь пользоваться ножницами, писать. Давайте мы с нашими пальчиками поиграем.

**Пальчиковая игра *«Смешные человечки»***

*(дети встают парами – мальчик и девочка друг напротив друга)*

1. Бежали мимо речки смешные человечки (*«человечки»* - пальчики бегут по

2. Прыгали – скакали (пальчики *«попрыгать»* по плечам друг друга).

3. Солнышко встречали *(ласково положить руки на щеки друга)*.

4. Забрались на мостик *(сложить мостик из рук)*.

5. И забили гвоздик *(постучать кулачками)*.

6. Потом – бултых в речку *(наклониться и свободно покачать руками)*.

7. Где же человечки? *(Спрятать пальчики под мышки друг друга)*.

**Воспитатель.** Наши пальчики какие стали?

**Дети**. Гибкие, легкие,

**Воспитатель.** А еще мы с вами с чем играли?

**Дети.** С волшебными шариками.

**Воспитатель.** Эта игра тоже полезна. Сейчас я вам раздам шарики. Покатаем шарики между ладонями, по кистям рук, помассируйте друг другу спинки. Как вы себя чувствуете? Приятно вам? Тепло от шарика чувствуете в руках? А еще в наших шариках есть колечки. Но с ними мы поиграем в другой раз *(собрать шарики)*.

**Воспитатель.** Чтобы быть здоровыми, все это выполнять, надо чтобы было хорошее настроение. А когда у нас бывает хорошее настроение?

**Дети.** Когда нам хорошо, весело, когда мы улыбаемся.

 *(Стук в дверь, вернулся мальчик).*

**Воспитатель.** А вот и наш мальчик вернулся. Чистый, радостный. У него тоже хорошее настроение. А что нам хочется делать, когда у нас хорошее настроение?

**Дети.** Петь, танцевать, веселиться.

**Воспитатель.** Давайте и мы с вами потанцуем под веселую музыку.

(Звучит песня *«Чунга-Чанга»*. Дети и мальчик танцуют).

**Воспитатель.** Вот, ребята, сколько надо знать и уметь, чтобы быть здоровыми. Здоровье – это наше богатство.

*(Дети прощаются с гостями и уходят).*