

Министерство образования Российской Федерации

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад
общеобразовательного вида «Колокольчик».

**Конспект совместной игровой деятельности
по оздоровительной работе с детьми 2 младшей - средней
группы «Айболитовы помощники»**

Составила и провела:

Воспитатель 1 квалификационной
категории – Князькова Марина Вениаминовна

р.п. Усть- Уда

Конспект совместной игровой деятельности по оздоровительной работе с детьми 2 младшей группы «Айболитовы помощники»

ЗАДАЧИ:

Оздоровительные задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям через дыхательную гимнастику, массажа, гимнастику для глаз;
- формирование навыков массажей биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний.

Образовательные задачи:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.

Воспитательные задачи:

- расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире,.
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности. Воспитание морально-волевых качеств (Доброта забота и др.).

Развивающие задачи:

Развивать у детей позитивное отношение к выполнению игровых заданий. Развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов — сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др..

Развитие мелкой моторики пальцев рук для повышения иммунитета и активизации речи.

Ход занятия:

(Звенит колокольчик - приходит доктор Айболит)

Воспитатель: - Дети, к нам в гости пришёл доктор Айболит, он узнал что умеете делать разные упражнения ,массажи и гимнастики чтобы не болеть(ответы детей).

Он нуждается в вашей помощи. В лесу случилась беда, у зверей все детёныши заболели, они очень обрадовались наступлению весны и приходу тепла, сняли свои тёплые шубы, вот и простудились. Доктор Айболит напоил всех лекарством, но чтобы зверята быстрее выздоровели нужно делать массажи. Поможем доктору Айболиту?

(Дети – Да!) Воспитатель: - Предлагаю отправиться в лес на поезде. Под. Игра «Поезд».(Делают круг по группе)–Остановка.

(на столе имитация леса со зверями)

Воспитатель: – Добрый день зверята, мы с ребятами по просьбе доктора Айболита приехали к вам помочь быстрее выздороветь. Сейчас мы научим вас разным упражнениям. Давайте поиграем вместе с нами:

—Самомассаж рук шестигранными карандашами;(прилагается)

----Массаж лица для профилактики простудных заболеваний;

----Гимнастика для глаз;

Ну, а чтобы ваше выздоровление проходило более приятно, мы с детьми подарим вам подарки.

---- Релаксационные упражнения для мимики лица

----Упражнение на эмоциональное расслабление «Подари улыбку»

(Дети рисуют в готовом круге глазки, носик , ротик-улыбку.)

А теперь нам пора отправляться в обратную дорогу – До свидания, счастливого выздоровления. (Под. игра «Поезд».)

Все упражнения проводятся под тихую спокойную музыку)

Проводится :

Массаж лица для профилактики простудных заболеваний «Белый мельник»:

Белый-белый мельник Сел на облака.

Провести пальцами по лбу от середины к вискам.

Из мешка посыпалась Белая мука.

Легко постучать пальцами по щекам.

**Радуются дети,
Лепят колобки.**

Сжав руки в кулаки, возвышениями больших пальцев быстро растереть крылья носа.

Заплясали сани, Лыжи и коньки.

Раздвинув указательный и средний пальцы, массировать точки перед собой и за ушными раковинами.

Дети выполняют гимнастику для глаз «Дождик»:

Капля первая упала — кап!

капель и прослеживают ее взглядом.

И вторая прибежала — кап!

Смотрят вверх.

Мы на небо посмотрели,

Подняв руки вверх, быстро перебирают пальцами.

Капельки кап-кап запели,

Вытирают лицо руками.

Намочились лица, Мы их вытирали.
Туфли — посмотрите — Мокрыми стали.

Показывают руками вниз и смотрят.

Плечами дружно поведем
И все капельки стряхнем.

Движения плечами.

От дождя убежим,
Под кусточком посидим.

Приседают. Сверху пальцем показывают траекторию движения

Релаксационные упражнения для мимики лица_1. Сморщить лоб, поднять брови (удивиться), расслабить его. Совсем расслабить. Постараться сохранить лоб абсолютно гладким хотя бы в течение одной минуты.

2. Нахмуриться (сердитесь) — расслабить брови.

3. Расширить глаза (страх, ужас) — расслабить веки (лень, хочется подремать).

4. Расширить ноздри (вдыхаем — запах; выдыхаем) — расслабление.

5. Зажмуриться (ужас, конец света) — расслабить веки (ложная тревога).

6. Сузить глаза (китаец задумался) - расслабиться.

7. Поднять верхнюю губу, сморщить нос (презрение) - расслабиться.

8. Оскалить зубы — расслабить щеки и рот.

9. Оттянуть вниз нижнюю губу (отвращение) — расслабление.

Упражнение на эмоциональное расслабление «Подари улыбку»

(Дети садятся за стол и рисуют в готовом круге глазки, носик, ротик-улыбку.)

Самомассаж шестигранными карандашами для развития

мелкой моторики пальцев рук для повышения иммунитета

и активизации речи.

(Прокатывание карандаша между двумя ладонями в вертикальном положении карандаша)

Мы лягушки-попрыгушки, ква-ква-ква!

Тренируем наши ручки, раз-два, раз-два!

Тренируем наши ручки, раз-два, раз-два!

(Прокатывание карандаша тремя пальцами левой руки)

Мы лягушки-попрыгушки, ква-ква-ква!

Тренируем наши ручки, раз-два, раз-два!

(Прокатывание карандаша между двумя ладонями в горизонтальном положении карандаша)

Мы лягушки-попрыгушки, ква-ква-ква!

Тренируем наши ручки, раз-два, раз-два!

Мы лягушечек возьмём

На край стола их уберём.

Будем пальчики считать

1, 2, 3, 4, 5!

А сейчас соединяем

На двух ручках

посчитаем!

1, 2, 3, 4, 5!

Мы закончили играть.

Пальчики свои встряхни и немного отдохни!

(Дети закрывают глаза и отдыхают, положив голову на стол.)

https://infourok.ru/kartoteka_igrovogo_samomassazha_dlya_doshkolnikov-485758.htm

<http://mshishova.ru/gimnastika-dlya-glaz-v-stixax/>

<http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2012/02/26/uprazhneniya-na-relaksatsiyu>

<http://fs.nashaucheba.ru/docs/270/index-1462454.html>