

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад №10 станицы Старовеличковской

Конспект утренней гимнастики с использованием здоровьесберегающих технологий для детей старшей группы

«Мы с морозом подружились»

**Чудненко Юлия Владимировна
воспитатель МАДОУ-д/ №10
ст. Старовеличковской**

Конспект утренней гимнастики с использованием здоровьесберегающих технологий с детьми старшей группы «Мы с морозом подружились».

Цель:

Приобщать детей к здоровому образу жизни путем использования здоровьесберегающих технологий и музыки. Способствовать укреплению физического и психологического здоровья детей.

Задачи:

- совершенствовать двигательные навыки и физические качества: ловкость, быстроту, внимание, умение выполнять движения и упражнения под музыку;
- развивать познавательную активность, развивать моторику пальцев, речевое дыхание;
- обогащать музыкальные впечатления детей, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера, доставить детям радость.

Ход мероприятия: дети входят в зал под веселую музыку и становятся в круг.

Воспитатель:

Отгадайте-ка, ребятки,
про кого моя загадка.
Кто поляны белит белым?
И на стенах пишет мелом,
Шьет пуховые перины,
Разукрасил все витрины? (Зима)

Воспитатель: Ребята, а за что мы любим зиму? (ответы детей)

Дети: а давайте слепим снеговика.

Массаж биологически активных зон «Снеговик».

Дети (хором):

Раз, два, раз, два –
Лепим мы снеговика.

Имитируют лепку снежков.

Мы покатаем снежный ком
Кувырком, кувырком.

Поочередно проводят ладонями по шее справа и слева.

Мы слепили его ловко.

Проводят пальцами по щекам сверху вниз.

Вместо носа есть морковка,

Растирают указательными пальцами крылья носа.

Вместо глазок – угольки,

Прикладывают ладони ко лбу

*«козырьком» и энергично
растирают лоб.*

Ручки – веточки нашли.

Трут ладонями друг о друга.

А на голову – ведро.

*Раздвигают указательный и
средний палец «вилочкой»
и растирают точки перед
ушами и за ними.*

Посмотрите, вот оно!

*Кладут обе ладони на макушку
И покачивают головой.*

В зал вбегает Снеговик.

Снеговик:

Я, ребята, Снеговик,

К снегу, холоду привык.

А за мной идет сама

Наша зимушка-зима!

Воспитатель: ты знаешь, Снеговик, наши ребята тоже не боятся холода, потому, что каждый день делают утреннюю гимнастику. Хочешь, и ты становись рядом с нами.

Проводится комплекс утренней гимнастики. (По выбору воспитателя)

-обогащать музыкальные впечатления детей, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера, доставить детям радость

Воспитатель: Снеговик, а ведь ребята еще каждое утро закаляются.

Подходим к тазам с теплой и прохладной водой.

Сначала – в теплой воде.

Воспитатель:

Раз – намочим кисть руки.

Два – с другою повтори.

Три – до локтя намочили,

И четыре – повторили.

Подходим к тазу с прохладной водой. Повторяем тоже самое.

Снеговик : Ребята, а льда холодного не испугаетесь?

Дети: нет!

Снеговик :

А теперь, мои друзья,

Вам ледку подброшу я.

Чтобы вы с ним поиграли,

И болезни чтоб не знали!

Снеговик дает детям ведерко со льдом.

Воспитатель предлагает детям поиграть со льдом. Можно потрогать, провести по рукам, до локтя. Далее воспитатель предлагает детям выложить на подносе изо льда снежинку. Дети выкладывают, любят.

Воспитатель: спасибо тебе, Снеговик!

Снеговик: и вам, ребята, спасибо за веселую зарядку. Но мне уже пора, боюсь растаять.

Дети прощаются со Снеговиком и под веселую музыку выходят из зала.