

**Интегрированное занятие с использованием
здоровьесберегающих технологий для детей
старшей группы
«Осенняя прогулка»»**

Выполнила:

Казбекова Заира Рахматулаевна

Воспитатель высшей категории

Тема: «Осенняя прогулка»

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни в старшей группе

Задачи:

- Учить видеть красоту осеннего пейзажа;
- Закрепить знания признаков осени;
- Воспитывать любовь к природе и бережное отношение к ней;
- Развитие мелкой моторики;
- Развитие общей моторики;
- Научить детей расслаблению;
- Совершенствовать приемы массажа;
- Развивать быстроту реакции, координацию движений, воображение, ловкость;
- Укреплять дыхательную мускулатуру;
- Совершенствовать артикуляционную моторику.

Предварительная работа:

Беседа об осени и осенних дарах, правил поведения в лесу, о здоровье человека, о пользе активного образа жизни; разучивание песенки про осень; рассматривание иллюстраций.

Ход занятия

У входа в группу дети стоят полукругом.

В. – Доброе утро, ребята и наши гости! Какие вы сегодня красивые, улыбчивые! Я хочу познакомить вас с необычной художницей, которая разукрасила всё в желтый и красный, разовый и оранжевый цвета. Вы догадались, кто эта художница?

Д. – Да, это Осень!

В. – Верно, Осень! Хотите прогуляться в осенний лес и посмотреть как там красиво?

Д. – Хотим!

В. – Значит, будем собираться! Повторяйте за мной слова и движения:

В лес отправимся гулять, Будем весело шагать.	<i>Маршируют на месте.</i>
На прогулку собираемся, Очень быстро одеваемся.	<i>Имитируют застегивание пуговиц, надевание брюк.</i>
Ботиночки мы надеваем, Все обулись? Проверяем!	<i>Смотрят на ноги – сначала на носок, потом на пятку.</i>
По тропиночке пойдем Друг за дружкой гуськом.	<i>Идут по кругу друг за другом.</i>
На носочки встали – И к лесу побежали!	<i>Встают на носочки и бегут по кругу.</i>

Дети маршируют. Воспитатель преобразуется в осень.

О. – Здравствуйте, ребята! Я – Осень золотая. Очень рада встрече с вами, надеюсь и вы рады. послушайте мое стихотворение и полюбуйтесь моими пейзажами. Постарайтесь услышать осенние приметы (воспитатель читает стихотворение про осень, на мониторе телевизора показ слайдов с картинками осенних пейзажей).

О. – Ребята, вам понравилось мое стихотворение?

Д. – Да!

О. – Тогда в круг скорее становитесь,

Крепче за руки держитесь!

Я шкатулочку возьму

И приметы соберу!

Дети называют приметы, услышанные в стихотворении.

О. – Молодцы! Много осенних примет вы назвали. Ребята, скажите, какая осень бывает? (**игровое упражнение «Признаки осени»**)

Д. – Золотая, дождливая, туманная, ранняя, поздняя, урожайная, теплая, холодная, грустная, ветреная и пр.

О. – Молодцы, ребята! Какая разная бывает осень! Ребята, давайте отдохнем, сядем на полянку и поиграем (игра «Мое настроение в разную погоду»). Вы закрываете глаза и рассказываете свои ощущения в разную погоду. Представьте, что на улице теплый

осенний день. Солнышко пригревает, теплый ветерок обдувает вас. Какие у вас ощущения, какое настроение?

Д. – Веселое, радостное, хорошее, доброе, озорное, хочется бегать по улице, хочется кататься на велосипеде, играть в мяч, прыгать на скакалке.

О. – Согласна с вами! Закройте глаза и представьте, что сейчас пасмурная, дождливая погода. Какие у вас ощущения, какое настроение?

Д. – Грустное, скучное, хочется спать, гулять нельзя, хочется пить чай горячий с конфетами.

О. – Да, осень бывает разная! Ребята, пока мы с вами разговаривали, к нам залетел шаловливый ветерок и пропел вот такую песенку [ш-ш-ш] (**дыхательное упражнение «Песенка ветерка»**). Набираем через нос воздух и через рот выдыхаем со звуком [ш-ш-ш].

А теперь сильный ветер пропел громкую песенку [ш-ш-ш] (громко), а теперь тихую песенку. То громкую, то – тихую, то громкую, то – тихую. А теперь пропоет громкую песенку Ева, Маша, Женя., тихую – Вика, Семен, Никон.

О. – Молодцы! Красивые песенки получились! Улетел ветерок, оставил нам тучу дождливую, холодно стало. Встанем в маленький кружок, и сделаем друг другу массаж.

Массажный комплекс «Осень»

Дождь, дождь! Нужно нам Остаться по домам.	<i>Ладонями стучат друг другу по спинкам.</i>
Гром, гром! Как из пушки – Нынче праздник у лягушек.	<i>Кулачками стучат друг другу по спинкам.</i>
Град, град! Сыплет град – Все под крышами стоят.	<i>Пальчиками стучат друг другу по спинкам.</i>
Только кот мой Тишка Ловит рыбу нам на ужин.	<i>Ладонями гладят друг друга по спинкам.</i>

О. – Отдохнули, согрелись, настроение улучшилось, и петь захотелось. Давайте споем песенку про осень.

Д. – Давайте!

Звучит фонограмма. Поют песенку «Осень».

О. – Спасибо, ребята! Какая красивая песенка!

О. – Посмотрите, сколько под ногами разноцветных листочков – красные, желтые, оранжевые.

Разбросал листопад

Разноцветный свой наряд.

Ветерок прилетел,

Зашуршал и улетел.

Возьмите каждый по одному листику. Ветерок любит играть с листочками деревьев. Давайте и мы поиграем (**гимнастика для глаз «Листочек»**). Следите за листочком только глазами, голову не наклоняем и повторяем за мной:

Вот листочек высоко,

Вот листочек низко.

Вот листочек далеко,

Вот листочек низко.

(повторяют 2 раза)

О.- Великолепно! Положите ваши листики. Давайте вернемся на нашу полянку. Я вам покажу очень интересные листочки. К ним прикреплены картинки. Я вам их буду показывать, а вы по изображению язычком выполнять упражнения (орешки, качели, часики, трубочка, иголочка, заборчик) (**артикуляционная гимнастика «Волшебный лист»**).

О. – Хорошо поработали язычком, умнички! Ребята, посмотрите, сколько у пня ежиков! Хотите с ними поиграть?

Д. – Да!

О. – Тогда возьмите по ежику и повторяйте за мной.

Пальчиковая игра «Ежики»

Вот бежит колючий ежик. У него не видно ножек.	<i>Мяч между ладонями. Прокатить до кончиков пальцев одной руки, а затем другой.</i>
Я хочу тебя погладить. Я хочу с тобой поладить.	<i>Мяч между ладонями. Крепко сжать ладони, затем выпрямить пальцы.</i>
Я хочу с тобой играть: Ловко прыгать и летать.	<i>Перебрасывать мяч из одной руки в другую. При ловле мяча сжимать мяч, чувствуя колючки.</i>
А теперь дорожкой той Еж придет к себе домой.	<i>Положить мяч на тыльную сторону ладони левой руки, прикрыть его ладошкой правой руки и медленно катить мяч на ладошку левой руки, не отрывая рук от мяча, перекачивать мяч на другую руку круговыми движениями.</i>

О. – Молодцы! Хорошо с ежиками поиграли. Положите их обратно под пенечек. Ой, ребята, пока мы играли с ежиками, сколько луж в лесу появилось после дождя! Вы умеете их перепрыгивать?

Д. – Да, умеем!

О. – Тогда становитесь друг за другом. Прыгаем на двух ногах, стараясь перепрыгнуть лужу, не попав в нее, туда и обратно, становясь позади. Считаем: раз, два, три – начни! (**Игра «Перепрыгни лужи!»**)

О. – Как весело вы перепрыгивали лужи! Порадовали меня! Все справились – молодцы! Ребята, в лесу нужно быть внимательным, чтобы не потеряться. Давайте проверим, насколько вы внимательны? **(Игра «Раз, два, три – не зевай! Кто же спрятался? Узнай!»)**

О. – Становимся в круг. Пока я бью в бубен – все вы кружитесь по кругу, как бубен замолчит – приседаете, закрываете глаза и говорите: «Раз, два, три – не зевай! Кто же спрятался? Узнай!». Затем открываете глаза и угадываете, кого не хватает. Начали. Вы листочки осенние, кружитесь, кружитесь/а теперь вы лисята, медвежата, зайчата и резвитесь на полянке/теперь – птички лесные и летаете, порхаете/ теперь – девочки и мальчики и танцуете.

В последний раз игры Осень незаметно накрывает корзинку с угощением.

О. – Это мой вам подарок! К сожалению, наша прогулка подошла к концу. Ребята, что вам больше всего понравилось и запомнилось (ответы детей). Здорово! Мне очень понравилось с вами гулять по осеннему лесу. До встречи.