**Занятие с использованием здоровьесберегающих технологий**

**по теме: «Путешествие в Африку»**

 Воспитатель: Тиукова Н.А.

Образовательные области: «Речевое развитие», интеграция с областями «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическое развитие».

Цель: создавать условия для укрепления и сохранения здоровья детей, способствовать их физическому развитию с помощью здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

*Речевое развитие*

- активизация и актуализация словаря по теме «Животные жарких стран»;

- формировать умение высказывать предположения и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих.

*Физическое развитие*

- развитие артикуляции, мимической мускулатуры, мелкой и крупной моторики.

*Познавательное развитие*

 - формировать умение слушать и слышать;

- расширить знания детей о животных жарких стран;

 - развивать внимание, память, воображение.

*Социально-коммуникативное развитие*

- продолжать развивать взаимодействие общения ребенка со взрослым и сверстниками на занятиях;

- формировать готовность к совместной деятельности.

Используемые технологии: здоровьесберегающие технологии (кинезиологические упражнения, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, звуковая гимнастика, гимнастика для глаз, упражнения с элементами биоэнергопластики).

Материально-техническое обеспечение: презентация «Животные жарких стран»; аудиозапись ритмичной музыки.

Предварительная работа: просмотр видеороликов о животных жарких стран, энциклопедий; выполнение артикуляционной гимнастики.

**ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (В спальне)**

- Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами отправимся в далекую страну. А вот в какую, догадайтесь сами.

*Самый теплый материк*

*Живописен и велик.*

*Тут живет среди саванн*

*Много львов и обезьян.*

*Что же это за страна?*

*Очень жаркая она.*

*Солнце, лето круглый год*

*Море, пальмы и песок.*

*Тут пустыни жаркие,*

*Звёзды ночью яркие.*

*Есть леса дремучие,*

*Растения колючие.*

- Что же это за страна?

- Кто догадался, куда мы отправимся?

- Правильно, мы отправимся в Африку!

- А как можно добраться до Африки? (ответы детей)
- Ну, что же! Отправляемся в путь .

- Дорога в Африку долгая. Нам придётся сменить несколько видов транспорта.

**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

**Пальчиковая гимнастика «Путешествие»**

Тук-тук-тук, тук-тук-тук.

Наши ушки слышат стук (*возле уха каждый палец стучит о большой 3 раза*)

Вот ладошечки шуршат, (*потирание ладошек друг о друга*)

Наши пальчики трещат. (*потирание кулачков друг о друга*)

Теперь в ладоши громко бей. (*хлопки*)

А теперь ты их согрей. (*ладони на щеки*)

К путешествию готовы? (*кулаки на коленях*)

Да! (*руки вверх, ладони раскрыты*)

В путь отправимся мы снова (*вращательные движения кистями*)

Сядем мы на самолёт и отправимся в полёт (*руки в стороны, ладони напряжены*)

Мы теперь на корабле, нас качает на волне (*ладони лодочкой, одна вверх, другая вниз*)

Едет поезд (*ребром ладони двигаем по коленям*)

Колёса стучат (*кулачки стучат по коленям*)

В поезде много весёлых ребят (*подушечками пальцев поочерёдно нажимаем на колени*)

- Вот мы и приехали в Африку. Но чтобы попасть в нужное нам место надо пройти по пустыне Сахара. (подскоки)

- Из пустыни мы попали в саванну. Там высокая трава, в которой прячутся хищники. Нам надо пройти высоко поднимая колени и делая большой шаг.

- Перед нами – джунгли. Но чтобы пройти надо прорубить себе путь. (имитация топора).

(Переходим в игровую. В центре лежит цветок.)

**Дыхательная гимнастика**

- И сейчас после долгой дороги мы восстановим наше дыхание.

«Ароматы природы» (восстанавливает обонятельный компонент дыхания, носовое и кожное дыхание)

- Ребята в джунглях много разнообразных запахов. Посмотрите какой красивый цветок, а какой аромат (делаем 4 вдоха).

И.п. – стоя. После выдоха медленно втягиваем воздух. Делается попытка уловить тончайшие ароматы природы. Тело предельно расслабляется. Ребёнок добивается ощущения. Что он дышит не только носом, но и всем телом (повторить 4 раза в максимально медленном темпе)**.**

**-** А кто скажет, чем же пахнет? (запах апельсина)

- Правильно ребята, ведь в Африке растут апельсины, бананы, мандарины и еще много разных экзотических фруктов.

*(Включить звуки джунглей с криком попугаев)*

**Фонетическая и артикуляционная гимнастика**

- На ветки прилетели попугаи, которые любят всех передразнивать. Поиграем с ними. Я буду говорить громко, а вы – тихо (чир – чур - чар). Теперь я буду говорить тихо, а вы – громко. А теперь попробуйте повторить за попугаями (повторять один слог три раза в разной тональности).

*(раскрываю цветок)*

- Посмотрите, сколько бабочек здесь летает! Наденьте их на пальчик. (*Дети садятся на корточки, бабочки надеты на указательный палец*).

**Гимнастика для глаз «Полетели бабочки»**

1. Бабочки летают с цветка на цветок (покачивание пальца вправо-влево, вытягивая руку как можно дольше)
2. Бабочка летит к небу( вести ладонь вверх и вниз)
3. Бабочка танцует (рисовать круг вправо и влево)
4. Бабочка хочет подружиться (приблизить палец к носу и отдалить)
5. Поиграем в прятки с бабочкой (зажмурить глаза крепко и открыть)

- Наши бабочки устали и уселись на цветок (*собрать бабочек на цветок*).

**Найди животных**

 - А мы тихонько в лес зайдём (*шагаем по кругу*)

Что же мы увидим в нём? (*одна ладонь закрывает глаза, а другая – ухо (меняем)*)

Там деревья подрастают, к солнцу ветки направляют (*поднимаем руки вверх, встаём на носочки, тянемся вверх*)

В жарких странах оказались (*пальцы шагают по коленям*)

Очень долго удивлялись (*поднимаем плечи*)

Тики – ти, тики – ти (*два раза ударяем ребром ладони по коленям и два раза кулачками*)

Животных мы хотим найти (*одно рука – ребро, другая – ладонь, и наоборот*)

У зверей четыре лапы (*поднимаем и опускаем 4 пальца на обеих руках*)

Когти могут поцарапать (*пальцы двигаются как коготки*)

Не лицо у них, а морда. (*соединить пальцы двух рук, образовав шарик, по очереди разъединять пальцы, опуская их вниз*)

Хвост, усы и носик мокрый (*волнообразные движения рукой, «рисуем» усы, круговые движения пальцев по кончику носа*)

И, конечно, ушки, только на макушке. (*растираем ладонями уши*)

**Звуковая гимнастика**

**Упр. «Весёлые плакальщики»** (улучшение вентиляции лёгких, снятие напряжения)

*«Обезьян ты нынче видел?*

*Кто, скажи мне, их обидел?*

*Отчего они не скачут?»*

*« Две глупышки – обезьяны*

*Подрались из – за банана.*

*Разделить фрукт не сумели –*

*Оттого банан не съели!»*

-Почему маленькие обезьянки плачут? Да они просто не поделили между собой банан! Давайте мы поплачем вместе с ними, чтобы обида поскорее прошла.

-Приподнять голову, нахмурить брови, уголки губ опустить вниз. Сделать несколько коротких вдохов, сопровождая их резкими прерывистыми движениями плеч и лёгким протиранием глаз кулачками.

- Вот обезьянки и перестали плакать и хотят потанцевать.

(танец с обезьянками)

**Упр. «Слоник»** (способствует укреплению лицевых мышц)

*«Я сегодня не скучал:*

*В хобот я воды набрал.*

*Если только захочу*

*Всех водою окачу!»*

- Представим, что мы превратились в добрых слоников, которые решили умыться.

*(Набираем в хобот воду». Вытягиваем губы вперёд и на вдохе имитируем всасывание воды. Задерживаем на несколько секунд дыхание, и на выдохе «разбрызгиваем воду», выпуская через сжатые зубы воздух, произнося при этом звук «Ф»).*

- Слон не только самое большое животное в Африке, но и единственное животное, которое не умеет прыгать.

**Упр. «Сердитый ёжик»** (способствует мышечному расслаблению, стабилизирует состояние нервной системы)

И.п. – стоя

*«Ёжика руками не возьмёшь –*

*В клубок свернулся хитрый ёжик.*

*Колючий очень он на вид,*

*На нас рассерженно фырчит:*

*П-ф-ф-р-р-ф-ф-ф.»*

- Представьте, что мы превратились в ёжиков. Да не в простых ёжиков, а в африканских. Такие ёжики живут в северной Африке.

-Вдруг он заметил что-то подозрительное, остановился и свернулся в клубочек.

*(Складываем руки перед грудью, обнимаем себя за плечи, опускаем голову и прижимаем к груди подбородок. Находясь в таком положении, со звуками, произносимыми на одном дыхании, наклоняемся как можно ниже не сгибая коленей и не отрывая ступней от пола.)*

- Вот и минула опасность. Ёжик разворачивается и бежит дальше.

- Да, в Жарких странах живут удивительные, а некоторые - просто уникальные животные.
- Здесь живет самое высокое животное в мире. Какое? *(жираф)*- Самое древнее животное на Земле, которое появилось более 190 млн. лет назад*. (крокодил)*
- А это животное, у которого есть «сумка» для детёныша. *(кенгуру)*

- Но кенгуру не живёт в Африке, а живёт в другой жаркой стране…(В Австралии). А в Африку приехала в гости, повидаться с нами и приготовила для нас задание. Я буду читать строчку, а вы заканчивайте каждое предложение словом КЕНГУРУ.

*Я ни капельки не вру, что видала…*

*Утром раннею порой повстречались с …
Прямо в собственном дворе сок давала..
И заштопала дыру я в кармане …*

*Чтобы не было дыры на кармане…
Посреди всего двора веселилась …*

*Разбудил меня вдруг гром –
Я простилась с …*

- Слово «кенгуру» надо произносить всегда одинаково.

- Вот и подошло к концу наше путешествие, вам понравилось? О ком или о чём вы расскажете, когда приедете домой. Пора нам возвращаться домой.

**РЕЛАКСАЦИЯ (встаём в круг)**

Уже круг, шире круг. Видим руки. Нету рук.

Упражненье начинаем, руки выше поднимаем.

Кулачки зажали. Тихо посчитали. 1,2,3,4,5. Руки могут отдыхать.

*Улыбнулись. Рассердились. Очень сильно удивились.*

Оказались за рулём – мы машину вдаль ведём.

 Крепко руль держали. Ехали – устали.

1,2,3,4,5. Руки могут отдыхать.

*Улыбнулись. Рассердились. Очень сильно удивились.*

На корабль мы попали, волны сильно нас качали.

Чтоб случайно не упасть, ноги надо напрягать.

 1,2,3,4,5. Ноги могут отдыхать.

*Улыбнулись. Рассердились. Очень сильно удивились.*

**(сели на ковёр)**

Вот мы на велосипеде едем. Едем, едем, едем, едем. Все проехали дороги, отдыхают наши ноги.

*Улыбнулись. Рассердились. Очень сильно удивились.*

Набежала чёрная туча - мы глаза зажмурим лучше.

Всё лицо мы напрягаем. Теперь спокойно отдыхаем.

*Улыбнулись. Рассердились. Очень сильно удивились.*

Всем, конечно, очень нравиться, лечь, глаза закрыть, расслабиться.

(звучит музыка)