**НОД в области «Здоровье».**

**Тема: «Дорога к сердцу».**

**Цель :** организовать взаимодействие МБДОУ №12 «Берёзка» с семьёй воспитанника, для обеспечения полноценного развития личности ребёнка.

**ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:**

сохранить здоровье детей; создать условия для их своевременного и полноценного психического развития; обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

**Программные задачи:**

-расширить кругозор воспитанников о сердце;

-привлекать детей и родителей к здоровому образу жизни;

-формировать художественно-эстетические навыки у детей;

-развивать речь детей и расширять их словарный запас;

- вовлекать родителей в жизнь МБДОУ №12 «Берёзка»;

**Предварительная работа:** беседы про сердце,выполнение проектов «Сердце» с семьями воспитанников, защита детьми проектов, заучивание стихотворения про сердце Н.А. Кнушевицкой, вывешивание в родительский уголок информационного листа: «Пальчиковые игры» (где сказано о том ,что массируя мизинец, повышается функциональность сердца),привлечение родителей к участию в акции:»Добрые сердца за чистоту!».

**Ход занятия:**

-**Приветствие.**  (Заходят дети в спортивных формах с воспитателем в спортивном, воспитатель(тренер) ,будущие спортсмены, стоять, смирно, здравствуйте!)

- **антистрессовая гимнастика «Путешествие к сердцу».** (под спокойную музыку №1) **(2мин.)**

Посмотрите у нас здесь железная дорога с поездом, который отправляется в волшебную страну под названием «Сердце». Но сначала проверим, готово ли наше сердце?

Мы – солнечные зайчики.  
Возьмемся за ладошки,  
Подарим мы друг другу  
Любви, тепла немножко.

(Дети берутся за руки, улыбаются друг другу.) Чувствуете, какие теплые и добрые ваши ладошки? Это солнечные зайчики согрели их.

**Воспитатель:** Солнечный зайчик сейчас согреет всех вас. Он принесет кусочек солнца сердцу. Закройте глаза. (Дети прикладывают руки к сердцу.)

Давайте поблагодарим наше сердце за хорошую работу, попросим у него прощения за то, что иногда не бережем его и подвергаем опасности заболевания. Поблагодарите всех своих близких: маму и папу, бабушек и дедушек за то, что они вас любят. Поблагодарите всё и вся: природу, солнышко и солнечных зайчиков, весь этот удивительный мир, в котором мы живем.

Откройте глазки и поднимите руку, кто из вас почувствовал солнечного зайчика и своё сердце?

**Воспитатель:** Наше сердце готово к дороге в волшебную страну!

**Воспитатель:** Ой, послушайте, кто-то плачет? **(2мин.)**

**Дежурный по станции:** стучит и заходит, плачет: «Можно к Вам?»

**Воспитатель:** Ребята, к нам пришёл дежурный по железнодорожной станции, у него, что-то случилось, он держится за сердце, давайте мы подуем, чтобы стало прохладней и ему стало легче!

**Дети:** дуют (дыхательная гимнастика)

**Дежурный по станции:** Спасибо. Стало легче.

**Воспитатель:** Поздороваемся?

**Дети:** Здравствуйте!

**Дежурный по станции:** Здравствуйте! Я расстроился и мне, стало плохо!

**Воспитатель:** Ребята, а можно расстраиваться?

**Дети:** Нет, это плохо для сердца.

**Воспитатель:** Правильно, поэтому надо друг друга беречь от переживаний. Что же у Вас случилось?

**Дежурный по станции:** У меня поезд готов, а дорога волшебная не желает пропускать поезд, пока я не выполню её задания!

**Воспитатель:** Так мы поможем Вам, ребята поможем?

**Дети:** Да.

**Дежурный по станции:** Спасибо!

Отгадайте загадку: **(2мин.)**

Холодное, но не космос,

Горячее, но не пламя,

Ему не хочется покоя.

Стучит оно в груди тук-тук-тук.

**Дети:** Сердце.

**Дежурный по станции:** Правильно.

А где оно живёт?

**Пальчиковая игра:** Нос, рот, голова,

Уши, щеки, лоб, глаза.

Плечи тут,

Шея тут - не  забыть чего-нибудь,

Тут грудь,

Тут живот,

А тут сердце живет!

**Воспитатель:** вот как оно стучит! ( включается звук сердца,№2)

**Дежурный по станции:** Вот вы и справились с заданием номер…..

**Дети:**1.

**Дежурный по станции:** Правильно. Выставляет картинку №1.

Следующее задание: Я сходил в магазин и купил продуктов, но не знаю какие из них полезные для сердца, помогите выбрать. **(3 мин.)**

**Дети:** выбирают и объясняют свой выбор.

**Дежурный по станции:** Молодцы! Вот Вы и справились, с каким заданием? Выставляет картинку №2 .

Вижу устали, давайте отдохнем.

Физ минутку мы начнем! **(2мин.)**

**Дети:** Выполняют физ. Минутку.(музыка №3)

**Дежурный по станции:** Молодцы! Какие вы спортивные! Правильно надо тренировать сердце (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)! Вот и с … заданием справились! Выставляет картинку №3.

Ребята, а Вы знаете, почему, на мне одет этот, жилет? **(2мин.)**

**Дети:** Отвечают.

**Воспитатель:** Верно. Чтобы сердце работало, надо всегда соблюдать правила безопасности!

**Дежурный по станции:** Вот Вы и справились, с каким заданием? Выставляет картинку №4.

А Вы знаете, интересные факты про сердце? **(2 мин.)**

**Воспитатель:** Знают. Посмотрите, какие проекты выполнили дети со своими родителями, бабушками и дедушками? И каждый проект они защищали и рассказывали интересные факты, про сердце. Давайте послушаем Веронику.

**Вероника:** защищает проект.

**Дежурный по станции:** Вот Вы и справились с последним заданием? №… Выставляет картинку №5. А за Ваше доброе сердце я хочу Вас народить железнодорожными звёздами!

Поезд поехал. С детьми поётся музыкально-речевая песенка «Чух-чух!»(Железновы,№4) **(1мин.)**

**Дежурный по станции :** Вот и отправили поезд в волшебную страну! Спасибо Вам, будущие спортсмены! Берегите своё сердце! До свидания!

**Дети:** До свидания! **(1мин.)**

**Воспитатель:** А давайте вспомним, как нужно беречь своё сердце!

**Дети:** Отвечают.( по картинкам). №1. Не расстраиваться! №2. Кушать полезную еду!№3.Заниматься спортом! №4.Соблюдать правила безопасности.№5.Беречь друг друга!

**Воспитатель:** Возьмите свои проекты.

**Дети:** читаю стихотворение:

**Наталия Аркадьевна Кнушевицкая** Кат **(1мин.)**

**Стихотворение про сердце.**

В груди у каждого из нас

И день, и ночь, и всякий час

Мотор стучит чудесный.

Конечно, вам известный. Катя

Любой его назвать бы смог:

Лишь только жизни огонек

Однажды разгорится —

Начнет тут сердце биться. Вероника

Оно, как маленький насос,

Совсем не в шутку, а всерьёз

Качает кровь, качает

И устали не знает. Вика

И если кто из нас сидит,

Читает или пишет,

Оно тихонечко стучит,

Его мы и не слышим. Даша Ибрагим

Но если быстро побежать

Иль сказку стоит услыхать

Про злого Бармалея —

Забьется посильнее. Соня П. Дамир

Моторчик наш, он непростой, Варя

Он не железный, а живой. София

Он тосковать умеет, Рома

И любит, и жалеет! Соня А.

**Воспитатель:**

Я вам всем сердечно желаю:

Чтоб ваше сердце не болело,

Чтоб сердце весело стучало,

Чтоб сердце ваше не страдало.

И в сердце вашем чтоб был мир,

Сердечный взор чтоб нам дарили,

А мы в ладу с тем сердцем были!

**Воспитатель и дети:** До свидания!

**(Итого:20мин.)**