

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение:**

**детский сад №16 комбинированного вида**

**Конспект**

**проведения закаливающих процедур с детьми**

**старшего дошкольного возраста**

**Подготовила: Привалова Т.В.**

**г. Кимовск.**

**Ведущая образовательная область:** «Физическое развитие».

**Интеграция образовательных областей:** социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие.

**Цель:** Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур. Развитие у детей интереса к разным видам и формам двигательной активности. Формирование осознанного отношения к выполнению заданий.

**Задачи:**

1.Оздоровительные:

- Способствовать укреплению опорно- мышечного аппарата и формированию правильной осанки;
- Способствовать развитию работоспособности;
- Обеспечить тренировку защитных сил организма детей.

2. Образовательные:

- Упражнять в сохранении равновесия;
- Совершенствовать у детей умение свободно выполнять упражнения на профилактику плоскостопия и осанки.

3. Развивающие

- Развивать разные группы мышц, выносливость, гибкость, ловкость; поддерживать уверенность в себе, самостоятельность;
- Развивать дыхательную систему, координацию движений.

4. Воспитательные

- Воспитывать положительное отношение к силе, выносливости и интерес к ним.
- Формировать умение бережно обращаться с пособиями, управлять своим поведением и обращаться со сверстниками.

**Методические приемы:** словесные, наглядные, практические, игровые

**Оборудование и материалы:** магнитофон, аудиозаписи песен «Если хочешь быть здоров», дорожки- 9 штук, солевой раствор (на 5 литров теплой воды- 250 гр. морской соли),2 таза, полотенца по количеству детей, мешочки с крупой, вентилятор, варежки 2 пары.

**Место проведения:** музыкальный зал.

**Предварительная работа:** разучивание речевок, ежедневное проведение гимнастики после сна на кроватях, хождение босиком по массажным дорожкам.

### **Ход непосредственно- образовательной деятельности**

**Построение.** Дети под музыку «Если хочешь быть здоров» входят в зал выстраиваясь в колонну.

- Здравствуйте уважаемые гости. Сейчас мы вам покажем несколько видов закаливания.

-Дети садимся на стульчики, снимаем чешки, носки. Встали, построились в колонну.

**Первый вид закаливания: хождение босиком по соленым дорожкам.**

При выполнении, дети произносят речевку:

А теперь пойдём мы в лес,

Где деревья до небес.

Идем по дорожке, Высоко поднимая ножки.

**Следующий вид закаливания: массаж рукавичками и закаливание холодной водой.**

-Дети разбиваются на пары. Первая пара одевает рукавички. Выполняет массаж по очереди друг другу. Вторая пара подходит к тазикам с холодной и теплой водой и по очереди опускают локти.

При выполнении, дети произносят речевку:

А я варежку возьму,

И ключицу разотру.

И кругами и кругами,

Грудь массирую руками.

А потом, а потом, Будет весело кругом.

(По сигналу воспитателя дети меняются местами)

**Переходим к следующему виду закаливания: ходьба по мешочкам с крупой.**

(Слежу за осанкой)

**-Переходим к следующему виду закаливания: воздухом «Вентилятор»**

Дети вместе с воспитателем выполняют движения по кругу проговаривая речевку:

Руки вверх поднимем дружно,

На носочках идти нужно.

Руки в стороны разведем,

И на пяточках пойдём.

Мы пойдём в приседе- это любят дети,

Выпрямимся дружно- подтянуться нужно.

Прыгать мы умеем, ну ка веселее,

Побежим по кругу и помашем другу.

Раз, два, раз , два отдохнуть пришла пора.

### **Построение в шеренгу.**

Проговаривание речевки:

Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья,

С ними будем мы дружить, чтоб здоровыми нам быть.