Беспечная Светлана Викторовна

МБДОУ «Детский сад № 224»

г. Краснодар

Воспитатель

**«Увлекательное путешествие»**

**КОНСПЕКТ НОД**

**с использованием здоровьесберегающих технологий**

**с детьми старшего дошкольного возраста**

**Цель:** Познакомить детей с лекарственными растениями, которые способствуют укреплению здоровья организма человека и обладают лечебными свойствами.

**Задачи:**

1. Познакомить детей с некоторыми лекарственными растениями.

2. Дать детям знания о простейших способах использования лекарственных растений для укрепления организма.

3. Учить приёмам обследования растительных объектов, включая различные анализаторы – обоняние, осязание, вкусовые и тактильные ощущения.

4. Воспитывать бережное отношение к природе.

**Обогащение словаря:** пихта, пихтовое масло, ингаляция, мята перечная.

**Активизация словаря:** душистая, пахучая, земляника, солнечная ягода, хвойные.

***Ход занятия***

Воспитатель: Ребята, я приглашаю вас сегодня в путешествие. Хотите попутешествовать вместе со мной? (Да). Но путешествие будет необычным. Во время путешествия я научу вас с помощью лекарственных трав укреплять свой организм. Ну что оправимся в необычное путешествие? (Да). А теперь возьмёмся за руки, сделаем круг, улыбнёмся и подарим друг другу хорошее настроение.

Мы сначала будем хлопать:

Хлоп-хлоп-хлоп.

А потом мы будем топать:

Топ-топ-топ.

А теперь мы повернемся,

И друг другу улыбнемся.

Воспитатель: А чтобы наше путешествие было более интересным, нам помогут помощники. Что это? (Ключи).

Воспитатель: Они одинаковые? (Нет).

Воспитатель: Чем они отличаются? (Цветом, у каждого ключика свой цвет).

Воспитатель: Интересно, что могут открывать эти ключи. (Ответы детей).

Воспитатель: Я, вам открою секрет, эти ключики открывают волшебные сундучки, но нам нужно их найти. Ну, что друзья в путь.

(Дети идут по ребристой дорожке)

Мы шагаем друг за другом

Лесом и весенним лугом.

Крылья пестрые мелькают-

Насекомые летают.

Тишина стоит вокруг,

Собрались мы все на луг.

Воспитатель: А вот и первый сундучок. Интересно, что может там лежать? Давайте пофантазируем (Ответы детей).

Воспитатель: Я вам подскажу, там лежит ягода, а какая, вы узнаете сами, если отгадаете мою загадку?

Я капелька лета

На тоненькой ножке.

Плетут для меня кузовки и лукошки.

Кто любит меня,

Тот и рад поклониться,

А имя дала мне

Родная землица. (Земляника).

Воспитатель: Давайте откроем сундучок и посмотрим, правильно ли вы отгадали. Каким ключиком мы будем его открывать? (Красным, потому что сундучок красный, и ключик красный. В сундучке лежит картинка с ягодой земляникой).

Воспитатель: Это ягода земляника, она не только вкусная, но и очень полезная. Как вы думаете, чем она полезная? (Ответы детей)

(Детям предлагаю попробовать земляничное варенье с креманок индивидуально каждому).

Воспитатель: Попробуйте варенье, чем оно пахнет? (Летом, лугом).

Воспитатель: Земляничное варенье очень полезно, его лучше пить с тёплым молоком. Землянику ещё называют – солнечная ягода. В землянике очень много витамина C, который защищает нас от бактерий. Земляничное варенье помогает справиться с повышенной температурой.

(В центре группы лежат ортопедические коврики с цветами.)

Воспитатель: Ребята, посмотрите, какие красивые цветочки выросли на этой поляне. Давайте представим, что мы стали бабочками, вокруг себя мы покружились и в бабочек мы превратились. Встали на наши красивые цветочки и собрали нектар. (массаж длится 1-2 минуты под музыку).

Воспитатель: Наши бабочки покружились и в деток превратились.

Воспитатель: А вот и следующий сундучок. Каким ключиком его откроем? (синим, так как сундучок синего цвета. Из сундучка вынимаю веточку мяты перечной.)

Воспитатель: Ребята – это лекарственное растение называется Мята перечная. Давайте я вам каждому дам в руки веточку этого растения, а вы разотрите её в ладошках. Чем пахнут ладошки? У мяты очень душистый запах. Она тоже очень полезная. Если заварить мяту в кипятке и пить на ночь, у вас будет хороший крепкий сон, этот чай снимает усталость, и вам приснятся приятные сны. В мяте очень много витамина C, чтобы вы были здоровые и сильные. Для вас я этот чай заварила. Давайте попробуем.

Воспитатель: Ой! Что это за избушка? Кто в ней живет? Давайте постучим.

**Пальчиковая гимнастика.**

Громче пальчики стучите – Сжать руки в кулачки.

Тук-тук-тук. – Стучать указательными пальцами.

Кулачки им помогите – Стучать крепко сжатыми кулачками

Тук-тук-тук.

(В домике находим зелёный сундучок).

Воспитатель: Давайте на ощупь, определим, что лежит в сундучке. (Ответы детей).

Воспитатель: Ребята – это веточка пихты. Как называются деревья, на которых растут иголочки? (Хвойные).

Воспитатель: Какие хвойные деревья вы знаете? (Ответы детей).

Воспитатель: Понюхайте веточку, чем она пахнет? Какой у неё запах? (Пахнет смолой, лесом, запах терпкий).

Воспитатель: А ещё ребята из пихты делают пихтовое масло. (Дети нюхают масло). Если вы заболели, можно нагреть воду, капнуть одну капельку масла и дышать носом, это называется – ингаляция, можно такой водой полоскать горло.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, кто же это? (медвежонок) Мне кажется он очень расстроен, как вы думаете почему? (ответы детей) Вы правы, у него закончился мед. А где он [берет](http://yamac.ru/beret-georgin-s-biserom.html) мед? (у пчел) Давайте представим, что мы пчелки.

*Дыхательная гимнастика.*

Ноги слегка расставлены.

1 – развести руки в стороны (вдох);

2 – опустить руки вниз со звуком «з-з-з» (выдох).

(находят у медвежонка желтый сундучок).

Воспитатель: Ребята, у нас остался последний ключик, какого он цвета? желтого. Давайте найдём последний волшебный сундучок.

(Находим сундучок, открываем его, находим аромокулончики. Дарю их детям.)

Воспитатель: Это аромокулончики. Они наполнены душистыми травами. Давайте закроем глазки и понюхаем наши аромокулончики.

**Релаксация**(звучит спокойная музыка)

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве, она приятно пахнет. Вы смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. Вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие, все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно обнимает вас, это пушистое и нежное облако… Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке. А сейчас снова вернулись обратно в детский сад.

Воспитатель: Ну что, ребята, понравилось вам путешествие. Назовите, пожалуйста, мне лекарственные растения, с которыми мы сегодня с вами познакомились, которые укрепляют наше здоровье?