**Воспитатель: Василенко Н. М. с воспитанниками младшей группы провела беседу «Су – Джок, играем – здоровье прибавляем!»**

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, с помощью нетрадиционной здоровьесберегающей Су-Джок технологии.

**Задачи:**

* Развивать общую и тонкую моторику, воздействуя на биологически активные точки на ладони, кончиках пальцев;
* Развивать умение подражать взрослому;
* Концентрировать своё внимание и правильно его распределять его;
* Способствовать развитию речи детей, памяти, мышления, воображения и фантазии;
* Вызывать положительные эмоции;
* Создать благоприятный эмоциональный фон;
* Формировать привычку заботится о своём здоровье;

**Материал и оборудование:** колючие мячики, кольца для Су-Джок терапии,

**Ход беседы.**

**Воспитатель: -**

**Здравствуй, солнце золотое!  
 Здравствуй, небо голубое!  
 Здравствуй, вольный ветерок!  
 Здравствуй, маленький дубок!  
 Мы живём в одном краю-  
 Всех я вас приветствую!**

**Воспитатель:** - Ребята, кто из вас редко болеет, поднимите руку.

Ответы детей.

**Воспитатель**. - А кто часто болеет, тоже поднимите руку.

Ответы детей.

**Воспитатель**. - Что вы чувствуете, когда болеете? (Болит голова, горло, болят уши, поднимается температура.)

Ответы детей

Воспитатель: - Кому из вас нравится болеть?

Ответы детей

**Воспитатель**. - Как вы думаете, откуда берутся болезни? (На улице холодно, идут дожди, люди заболевают простудой.)

Ответы детей.

**Воспитатель**. - Вы что-нибудь слышали о микробах? Расскажите о них, пожалуйста.

Ответы детей.

**Воспитатель. -** Вы правы, это такие маленькие существа, их просто глазом не видно. Когда они находятся вне организма человека, то вреда не причиняют, но стоит им только попасть внутрь человека и тут они начинают «вредничать», заражать нас и мы болеем.

**Воспитатель**. А чем вас лечат? (Ответы детей.)

Воспитатель. Как вы думаете, можно без таблеток и уколов быть здоровыми?

Ответы детей.

**Воспитатель** - Как это сделать?

Ответы детей**.**

**Воспитатель**.- Конечно, в холодную погоду нужно надевать тёплые вещи, обязательно делать зарядку и умываться холодной водой, чистить зубы и всегда делать добрые дела, заниматься спортом.

С помощью этих мячиков и колечек можно оздоровить свой организм без лекарств.

**Воспитатель:** - А вы знаете, что в Китае еще в древности были распространены упражнения с каменными и металлическими шарами, а в Японии – с грецкими орехами. А вы помните игру «Сороку- Белобоку», «Ладушки»?

Ответы детей.

**Воспитатель: -** Когда вы были маленькими и играли в игру «Ладушки» вы массажировали каждый свой пальчик своей рукой. А можно делать массажмассажным мячиком (колючий мяч Су-Джок). Такой массаж  помогает нашим пальчикам быть ловкими, подвижными, очень хорошее средство для разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мячика воздействует на наш организм, снимает утомление, воздействует на мозг и улучшает наше кровообращение (показывает). Оказывается, эта забавная упругая игрушка помогает деткам быть внимательными, лучше все запоминать. Хотите поиграть с такими колючими мячиками, а заодно и укрепить свое здоровье?

Ответы детей.

**Воспитатель:** Ребята, сейчас на дворе осень.А как готовится к зиме ежик, расскажите.

Ответы детей.

**Воспитатель:** Молодцы, правильно, ежик делает норку, утепляет ее листьями, готовится к спячке. Мы будить его не станем, но с колючками его обязательно поиграем.

Ежик, ежик, хитрый еж,

на клубочек ты похож *(катают мяч между ладонями)*

На спине иголки *(массажные движения большого пальца)*

Очень- очень колкие *(массажные движения указательного пальца)*

Хоть и ростом ежик мал, *(массажные движения среднего пальца)*

Нам колючки показал. ( *массажные движения среднего пальца)*

А колючки тоже ( *массажные движения мизинца)*

На ежа похожи (катают мяч между ладонями).

*(то же упражнение проделываем другой рукой)*

**Воспитатель:**  - Ребята, давайте с вами вспомним, какие еще дикие звери дикие звери будут спать зимой в лесу.

Ответы детей.

**Воспитатель:**  - Ребята, давайте, поиграем с колечками Су- Джок,

**Пальчиковая игра с колечками Су-Джок**

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ежик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает от лисицы, напетлял и был таков (поочередно надевают колечко на пальчики и массируя начиная с мизинца)

Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.  
 **Итог беседы.**

* Почему мы болеем?
* Чем можно укрепить свое здоровье, кроме без таблеток?
* Чем полезен массаж колючими мячиками?
* Вам понравилось играть с мячиками и колечками Су- Джок?
* Какая пальчиковая игра вам понравилось больше всего?
* *(Ответы детей).*
* Вы бы хотели и дома заниматься с мячиками и колечками Су- Джок?

**Воспитатель:** *-* Ребята, я желаю вам и вашим близким никогда не болеть. Заботится о своем здоровье сохранять и укреплять с помощью вот таких мячиков и колец Су- Джок.