День здоровья во второй младшей группе

Цель: формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Задачи:

• Закрепить знания детей о понятии *«здоровье»*;

• Развивать физические качества, самостоятельную двигательную активность;

• Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Утро

Прием детей. Вход в группу по тропинке *«Здоровье»*.

Психогимнастика *«Поделись своей улыбкой»*

Рано утром детский сад всех ребят встречает,

Там игрушки ждут ребят, в уголках скучают.

Ты по-доброму, очень весело улыбнись,

С тем, кто хмурится своей радостью поделись!

Пальчиковая гимнастика *«Моя семья»*

Цель: развивать мелкую моторику рук.

Мало-подвижная игра *«Найди свой домик по цвету»(с ленточками)*

Цель: закрепить название цвета: красный, жёлтый, зелёный; развивать двигательную активность детей.

Беседа на тему: *«Что такое здоровье и как его сберечь?»*

Цель: закрепить знания детей о том, как надо сохранять здоровье, укреплять его; развивать диалогическую речь

Утренняя гимнастика. *«Мы спортсмены»*

Завтрак.

Цель: формировать у детей осознанное отношение детей к сохранению собственного здоровья, интерес к повседневным гигиеническим процедурам, развивать речь.

День.

Игровое упражнение *«Мы становимся всё выше»*

Цель: укреплять мышечный корсет позвоночника и мышцы нижних конечностей. *(ходьба на носочках с поднятыми вверх прямыми руками)*

Мы становимся всё выше

Достаём руками крышу.

На носочки поднимись

И макушечкой тянись!

Солнце в небе высоко,

Дотянуться нелегко,

С каждым шагом

Выше, выше …

Дотянулись мы до крыши!

Занятие – рисование на тему: *«Светит солнышко с утра»*

Цель: Учить детей передавать в рисунке образ солнышка, сочетая округлую форму с прямыми и изогнутыми линиями. Закрепить умение отжимать лишнюю краску о край розетки. Учить дополнить рисунок изображениями, соответствующими теме. Развивать самостоятельность, творчество дошкольников.

Прогулка.

Наблюдение за солнцем – уточнить знания детей о влиянии солнца на жизнь растений, животных, людей; развивать наблюдательность, любознательность.

Игры малой и средней подвижности: *«Мышки в кладовой»*, *«По ровненькой дорожке»*, *«Клубок»*.

Индивидуальная работа с детьми *(Дима Е., Влада Л., Егор З., Лиза С.)* -метание *(мешочков с песком)* в горизонтальную цель *(обруч)*.

Цель: создание бодрого радостного настроения. Вызвать интерес к совместным играм, воспитание доброжелательных отношений детей друг к другу.

Подвижная игра *«Поймай мяч»*

Цель: развивать ловкость, координацию движений, внимание, сосредоточенность.

Сюжетно – ролевая игра *«Как мы лечили мишку»*

Цель: развивать игровой диалог, игровое взаимодействие; воспитывать дружеские отношения друг к другу.

Трудовое воспитание – уборка территории.

Цель: учить детей трудиться в коллективе.

Игровое упражнение *«С кочки на кочку»* — продолжать учить детей прыгать с кочки на кочку, развивать мышцы ног и двигательную активность

Игра-имитация *«Мы – чистюли»*

Дети с помощью движений имитируют, как правильно приводить себя в порядок – купаются, вытираются полотенцем, чистят зубы, расчёсываются и т. д.

Обед. Чтение перед сном К. Чуковский *«Айболит»* - учить внимательно слушать сказку.

Вечер.

Подъём. Гимнастика после сна.

*«Поднимайся, детвора»*

Ну, теперь вставать пора,

Поднимайся, детвора!

Завершился тихий час, все по полу босиком,

Свет дневной встречает нас.

А потом легко бегом.

Мы проснулись, потянулись, сделай вдох и поднимайся,

Вправо, влево повернулись. На носочки поднимись.

Приподняли мы головку, опускайся, выдыхай

Кулачки сжимаем ловко иеще раз повторяй

Ножки начали плясать, стопу разминай,

Не желаем больше спать, ходьбу выполняй.

Обопремся мы на ножки, вот теперь совсем проснулись

Приподнимемся немножко. И к делам своим вернулись!

Д/игра *«Если хочешь быть здоров»*

Цель: уточнить и расширить знания детей о том, что необходимо делать, чтоб быть здоровым, развивать внимание, сообразительность, воспитывать желание быть здоровым.

Пальчиковая игра *«Пирожки»*.

Раз, два, три, четыре

Ловко тесто замесили. Сжимают и разжимают пальцы.

Раскатали мы кружки. Трут круговыми движениями

И слепили пирожки, ладони друг о друга.

Пирожки с начинкой: Поочередно хлопают одной

Сладкою малинкой, ладонью сверху по другой.

Морковкой и капустой,

Очень-очень вкусной.

Из печи достали,

Угощать всех стали.

Пахнет в доме пирогами. Показывают ладошки.

Вот и гости. Все с цветами. Протягивают обе руки вперед,

Чтение художественной литературы: Сергей Михалков *«Про девочку, которая плохо кушала»*

ИЗО – раскраска персонажей из сказки Чуковского *«Айболит»* - развивать творческое воображение, учить закрашивать не выходя за линии.

Игровые упражнения на прогулке – бег между деревьями, метание в цель; подпрыгивание до ветки дерева; перешагивание через веточки, скакалку и т. д.

Цель: развивать координацию движений.

Самостоятельные игры детей.

Сценарий развлечения в День здоровья во 2 младшей группе «Айболит приходит в гости»

Цель: закрепления различных, ранее разученных видов ходьбы и бега, имитация движений, подражая животным. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. Развитие ловкости, умение ориентироваться в пространстве.

*В зале расставлены большие мягкие игрушки: лошадка, кошка, мышка, собака, петушок, медведь.*

Ведущий: К нам в гости пришел Доктор Айболит (показывает игрушку) Доктор Айболит вылечил всех больных зверят.

Добрый Доктор Айболит, он под деревом сидит

Приходи к нему лечится, и корова, и волчица,

Всех излечит, исцелит добрый, Доктор Айболит.

Сегодня у нас будет очень веселое развлечение, мы будем знакомится с разными зверятами, которых вылечил Доктор Айболит. Становитесь друг за дружкой, в гости к зверятам мы поедем на поезде.

Первая станция: В гостях у лошадки. Лошади - большие помощники человеку, они перевозят груз, катают детей в парке. Становитесь в пары. Возница запрягает лошадку (используются скакалки, дети скачут по кругу под музыку. При повторе дети меняются ролями

Ведущий: Давайте попрощаемся с лошадкой и поедем дальше.

Дети снова делают паровозик и бегут обегая мячи.

Ведущий: Станция: Кошачья. Нас встречает котик. Он предлагает поиграть в игру: Не боимся мы кота.

Выбирается водящий-кот, все остальные мыши. Кот садится на пол, спит. Мыши, взявшись за руки идут по кругу, и говорят:

Тра-та-та, тра-та-та, не боимся мы кота!

По сигналу педагога: Проснулся кот! -мыши убегают, а кот догоняет их. По сигналу педагога: Уснул кот! -игра повторяется.

Ведущий: Следующая станция Мышата. Мы будем ходить, как мышки, на носочках, чтобы неразбудить котика.

Дети, ходят на носочках, произносят: Пи-пи-пи.

Ведущий: Пора ехать в гости к собачке. Но поезд туда не идёт, так что поедим на велосипеде.

Дети ложатся на спинку и делают упражнение-велосипед.

Ведущий: А вот и собачка к нам бежит навстречу! Она поиграет с нами в игру- Лохматый пёс.

Один ребенок изображает пса. Он располагается в центре зала- ложится на пол. Остальные играющие располагаются по всему залу и по сигналу тихонько приближаются к «псу» по мере произносения следующего текста:

Вот лежит лохматый пес,

В лапы свой уткнувши нос.

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим.

И посмотрим, что-то будет.

Ведущий: А теперь поедим в гости к петушку!

Садитесь на велосипеды в путь.

Ведущий: Приехали!

Здравствуй, Петя-петушок,

Золотой гребешок,

Масляна головушка,

Шелкова бородушка.

Поиграем в курочек и петушков. Дети будут курочками, а мальчики-петушками.

Под музыку мальчики ходят как петушки:руки на поясе, грудь вперед, высоко поднимая колени; девочки-курочки:руки за спину, небольшой наклон туловища вперед, делают загребательные движения ногами.

Ведущий: Ребята, давайте поедем к зайцу! Крутите педали сильнее… Приехали!

Проводится игра: Веселые зайчата.

Дети «зайчата» выполняют движения в соответствии с текстом.

Ну-ка дружно все присели,

Друг на друга поглядели.

Лапками похлопали:

Хлоп да хлоп, хлоп да хлоп.

Что у зайцев на макушке?

-Пляшут весело там ушки.

Раз подскок, два подскок-

Поскакали все в лесок.

Ведущий: Зайчатки, садитесь на велосипеды едем дальше, там нас ждет мишка-бурый. А вот и Мишкина остановка. Медведь живет в берлоге, он очень любит мёд, ягоды.

Проводится игра: Зайцы и медведь.

Ребенок «медведь» сидит и дремлет в своей берлоге. Дети «зайцы» прыгают вокруг медведя и дразнятся: «Мишка бурый, мишка бурый, отчего такой ты хмурый?» «Медведь», вылезая из берлоги, отвечает: «Я медком не угостился, вот на всех и рассердился, раз, два, три, четыре, пять, начинаю всех гонять!» На последнем слове медведь ловит всех зайцев.

Ведущий: Молодцы, зайчата, никого медведь не поймал! Ну а теперь пора домой в садик. Там нас ждёт угощение.