**Организация Дня здоровья для детей 2-й младшей группы.**

***План дня здоровья:***

**1**. Беседы: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».

**2**. Беседа: «Друзья Мойдодыра».

**3**. Рассматривание картинки о здоровом образе жизни «Слагаемые здоровья».

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

**5**. Игры с детьми.

**6**. Родителям.

**1. Беседа на тему: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»**

***Цель*:**

Закрепить у детей названия некоторых овощей, фруктов, ягод, продуктов питания; расширять представления детей о том, на сколько полезны многие продукты, и как важно правильно питаться; продолжать совершенствовать речь детей и умение отвечать на вопросы; обучать детей умению вести диалог с педагогом. Наглядный материал: муляжи фруктов и овощей.

**Ход беседы**:

Воспитатель спрашивает малышей:

— Ребята, вы любите витамины?

А какие вы любите витамины? (ответы детей)

Кто вам дает витамины? (скорее всего, дети назовут кого-то из членов семьи, воспитателя или медсестру)

А где же мама (или др.) их покупают?

Выслушать, проанализировать и обобщить ответы детей.

Далее воспитатель сообщает детям, что витамины не только продаются в аптеке в красивой упаковке, но и содержатся в продуктах, которые мы едим.

Воспитатель обращает внимание детей на муляжи фруктов и овощей: — Посмотрите, малыши, что это у меня? (ответы детей)

А вы знаете, сколько витаминов в них содержится!

Вот, пожалуйста, поднимите руки те малыши, которые любят морковку. Молодцы!

Пожалуйста, хлопните в ладоши те малыши, которые любят лимон. Молодцы!

Пожалуйста, топните ножкой те, кто любят апельсины. Вот молодцы!

От простуды и ангины Помогают апельсины! Ну а лучше съесть лимон, Хоть и очень кислый он. Ешь побольше апельсинов, Пей морковный вкусный сок, И тогда ты точно будешь Очень строен и высок. Нет полезнее продуктов — Вкусных овощей и фруктов.

— Но знаете ребята, витамины содержатся не только в овощах и фруктах, но и в других продуктах. Очень полезно кушать кашу с маслом, мед, много витаминов содержится в рыбе, обязательно надо есть мясо. Богаты витаминами и ягоды.

А какие вы знаете ягоды? (ответы детей) Если хочешь быть здоровым, Правильно питайся. Ешь побольше витаминов И с болезнями не знайся. — Вот видите, малыши, сколько пользы от витаминов! Поэтому ешьте витамины, которые покупают вам в аптеке. Но, а самое главное, хорошо кушайте, чтобы не болеть, расти здоровыми и умными!

**Индивидуальная работа по рисованию**

Педагог предлагает детям раскраски «Овощи, фрукты»

**Цель:** совершенствовать навыки равномерного закрашивания, использование нажима на карандаш для усиления цвета. Развивать мелкую моторику, воспитывать аккуратность, усидчивость.

**2. Беседа на тему: «Друзья Мойдодыра»**

**Цель:**

1. Продолжать воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки; расширять представления детей о том, на сколько важно следить за чистотой своего тела, рук, лица и т. д. ;
2. продолжать приучать детей внимательно слушать рассказ воспитателя, вовлекать детей в разговор во время рассматривания иллюстраций;
3. обучать умению вести диалог с воспитателем, слушать и понимать заданный вопрос.

***Наглядный материал***: иллюстрация «Мойдодыра», конверт с письмом-стихотворением.

**Ход беседы:**

Воспитатель обращает внимание детей на иллюстрацию «Мойдодыра»: — Малыши, вы знаете, кто это? (выслушать ответы детей, уточнить их)

А вы знаете, я сегодня получила письмо от Мойдодыра (показывает конверт). Сейчас я открою конверт и прочитаю его.

«Письмо ко всем детям по одному очень важному делу»

Дорогие мои дети! Я пишу вам письмо: Я прошу вас, мойте чаще Ваши руки и лицо. Все равно какой водою: Кипяченной, ключевою, Из реки, иль из колодца, Или просто дождевой! Нужно мыться непременно Утром, вечером и днем — Перед каждою едою, Перед сном и после сна! Тритесь губкой и мочалкой, Потерпите — не беда! И чернила и варенье Смоют мыло и вода. Дорогие мои дети! Очень, очень вас прошу: Мойтесь чаще, мойтесь чаще — Я грязнуль не выношу. Не подам руки грязнулям. Не поеду в гости к ним! Сам я моюсь очень часто До свиданья! Мойдодыр.

— Малыши, о чем же нас просит Мойдодыр? Выслушать ответы детей, а в случае затруднения помочь детям наводящими вопросами. Воспитатель привлекает внимание детей к ширме «Уроки Мойдодыра», показывает на ней мини плакат «Дружи с водой». — Посмотрите, ребята, что вы видите на картинке? (воспитатель уточняет ответы детей) Далее воспитатель помогает детям рассматривать иллюстрации, подробно их объясняя, и делая вывод о том, почему же так важно дружить с водой.

**3. Рассматривание картинки о здоровом образе жизни «Слагаемые здоровья**».

Вторая половина дня

Гимнастика, пробуждения, закаливание, босохождение.

**4. Чтение художественной литературы: Сергей Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», «Прогулка» с детьми I младшей группы.**

**Цель:**

Воспитывать у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении; объяснять детям поступки персонажей и последствия этих поступков.

**Ход занятия:**

— Малыши, мы сегодня с вами много говорили о здоровье, о том, как важно хорошо питаться, есть витамины. А сейчас я хочу прочитать вам стихотворение «Про девочку, которая плохо кушала». Воспитатель показывает детям иллюстрацию и читает стихотворение.

«Про девочку, которая плохо кушала»

Юля плохо кушает, Никого не слушает. — Съешь яичко, Юлечка! — Не хочу, мамулечка! — Съешь с колбаской бутерброд! — Прикрывает Юля рот. — Супик? — Нет. — Котлетку? — Нет. — Стынет Юлечкин обед. — Что с тобою, Юлечка? — Ничего, мамулечка! — Сделай, девочка, глоточек, Проглоти еще кусочек! Пожалей нас, Юлечка! — Не могу, мамулечка! Мама с бабушкой в слезах — Тает Юля на глазах! Появился детский врач — Глеб Сергеевич Пугач. Смотрит строго и сердито: — Нет у Юли аппетита? Только вижу, что она, Безусловно, не больна! А тебе скажу, девица: Все едят - и зверь и птица, От зайчат и до котят Все на свете есть хотят. С хрустом Конь жует овес. Кость грызет дворовый Пес. Воробьи зерно клюют, Там, где только достают, Утром завтракает Слон — Обожает фрукты он. Бурый Мишка лижет мед. В норке ужинает Крот. Обезьянка ест банан. Ищет желуди Кабан. Ловит мошку ловкий Стриж. Сыр швейцарский Любит Мышь. Попрощался с Юлей врач — Глеб Сергеевич Пугач. И сказала громко Юля: — Накорми меня, мамуля! — Малыши, как звали девочку в стихотворении? Хорошо вела себя Юля? Что она плохо делала? Кто строго с ней разговаривал? Про кого ей рассказывали? (воспитатель слушает ответы детей, корректирует и дополняет их, обобщает, делает вывод) — А знаете, ребята, чтобы быть здоровыми, надо не только хорошо кушать, но и гулять, потому что во время прогулки мы закаляемся, особенно полезно закаляться летом. Сейчас я вам прочитаю про ребят, которые отправились на прогулку. Воспитатель читает стихотворение.

**«Прогулка»**

Мы приехали на речку Воскресенье провести, А свободного местечка Возле речки не найти! Тут сидят и там сидят: Загорают и едят, Отдыхают, как хотят, Сотни взрослых и ребят! Мы по бережку прошли И поляночку нашли. Но на солнечной полянке Тут и там - пустые банки И, как будто нам назло, Даже битое стекло! Мы по бережку прошли, Место новое нашли. Но и здесь до нас сидели; Тоже пили, тоже ели, Жгли костер, бумагу жгли - Насорили и ушли! Мы прошли, конечно, мимо. — Эй, ребята! — крикнул Дима. — Вот местечко хоть куда! Родниковая вода! Чудный вид! Прекрасный пляж! Распаковывай багаж! Мы купались, Загорали, Жгли костер, В футбол играли — Веселились, как могли! Пили квас, Консервы ели, Хоровые песни пели. Отдохнули — и ушли! И остались на полянке У потухшего костра: Две разбитых нами склянки, Две размокшие баранки - Словом, мусора гора! Мы приехали на речку Понедельник провести, Только чистого местечка Возле речки не найти! — Куда же поехали гулять ребята? Что увидели они на речке? Как вы думаете, хорошо ли так делать? Как отдыхали ребята? Чем они занимались? А хорошо ли они поступили, когда уехали с речки? Воспитатель слушает ответы детей, корректирует и дополняет их, обобщает, делает вывод: — Запомните, пожалуйста, малыши, что когда вы отдыхаете с родителями на речке, то соблюдайте чистоту и порядок. Берегите нашу природу! Не загрязняйте ее! От чистоты природы зависит наше здоровье.

**5. Игры с детьми**

-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.

-«Попади в обруч»

Кидать снежки в цель

-Самостоятельные игры детей.

Предложить детям кольцеброс, кегли

Цель: учить самостоятельно находить себе занятие по интересам, развивать двигательную активность, силу, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

**6. Родителям**

Консультация «Пейте отвары из трав – будете здоровы»

Практические рекомендации для родителей «Игры и упражнения на радость вашим детям»

Практические советы для родителей «Как учить ребёнка дышать», «Научите ребёнка дышать»

Рекомендации для родителей «Физическая подготовка ребёнка»

Фотовыставка «Будьте здоровы»