День здоровья для детей 2-й младшей группы.

Мероприятия:

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

2. Рассматривание фотографий о здоровом образе жизни.

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

4. Подвижная игра «Делай, как я».

Ход работы:

Беседа на тему: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу» с детьми 2 младшей группы

**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!

Беседа на тему: «Друзья Мойдодыра» с детьми 2 младшей группы

**Цель:**

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.; продолжать приучать детей внимательно слушать рассказ воспитателя, вовлекать детей в разговор во время рассматривания иллюстраций; обучать умению вести диалог с воспитателем, слушать и понимать заданный вопрос.

Наглядный материал: иллюстрация «Мойдодыра», ширма «Уроки 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.  
(Ю. Тувим)

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.

Игра для детей от 3 до 7 лет «Делай как я!»

**Цель:**

Продолжать развивать у детей разнообразные виды движений, учить детей выполнять движения по наглядному образцу, развивать координацию движений рук и ног при выполнении упражнений.

**Вариант 1 (для улицы или физкультурного зала)**

Как и для многих детских игр, для этой игры нужен водящий (у малышей – воспитатель, у старших детей - ребенок). Когда он будет выбран, остальные участники встают вокруг него полукругом. Теперь водящий делает какие-нибудь движения, а остальным игрокам нужно в точности их повторить. Водящий может поднимать руки, приседать, топтаться, прыгать, танцевать и т.д.. Для старшего дошкольного возраста: те игроки, которые будут ошибаться, сменяют водящего; при этом из нескольких ошибившихся он, водящий, сам выбирает себе замену.

**Вариант 2 (для группы)**

Игра проводится без водящего. В качестве образца упражнений детям предлагается плакат с их изображением. Воспитатель показывает нужное упражнение, дети по схеме выполняют его.