МБДОУ ЦРР - д\с «Буратино» г.Когалым ХМАО – Югра

**День здоровья**

План работына 07.04.2014г. во 2 мл. группе № 11.для детей(3-4 лет)

**Взаимодействия с родителями:**

1.Консультация «Хочешь быть здоров, закаляйся»

2.Буклеты «Спорт и дети», «Организация двигательной активности дома»

3.Рекомендация «Массажные коврики для стоп малышей»

**1 пол .дня**

**1)Беседа**: «Витамины я люблю ,быть здоровым я хочу»

**Цель**: закрепить названия овощей, фруктов ягод ,продуктов питания; расширять представления детей о том, насколько полезны многие продукты , и как важно правильно питаться; обучать умению вести диалог с педагогом.

**2)Утренняя гимнастика**: «Лошадки! -Лягушки»

**Цель**: формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых движений ;воспитывать желание выполнять физические упражнения.

**3)Совместная** деятельность педагога с детьми по аппликации

**Тема** : « Витамины с грядки и сада»

**Цель**: помочь вспомнить утреннюю беседу об овощах и фруктах ,о их пользе; формировать интерес в совместной деятельности детей и взрослого по аппликации.

**4)Прогулка**. Подв./игры : «Попади в обруч» . «Катание с горки»

**Цель:** развивать двигательную активность, силу, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

**5) Просмотр и обсуждение мультфильма** «Мойдодыр»

**Цель:** развивать внимание детей во время просмотра мультфильма; учить пересказывать короткие по содержанию части мультфильма ; формирование культурно гигиенических навыков.

**2пол.дня**

**1)Побудка** : «Буратино ,потянулся»

**Цель**: сохранять и укреплять здоровье детей ;развивать умение определять свое состояние и ощущения; поднять мышечный тонус; улучшить настроение после тихого часа.

**2)Закаливание**

1. ходьба по массажным коврикам
2. дорожка - ребристая,
3. коврики с плоскими пуговицами

**Цель:**  повышения интереса к здоровому образу жизни; поддерживать, развивать и укреплять защитные силы организма ребенка, приучать противостоять неблагоприятным факторам внешней среды.

**3) Беседа:** «Друзья Мойдодыра »

**Цель:** продолжать воспитывать культурно гигиенические навыки ;расширять представления детей о том , на сколько важно следить за чистотой своего тела, рук, лица и т.д.; продолжать приучать внимательно слушать рассказ, вовлекать детей в разговор во время рассматривания иллюстраций.

**4) Рассматривание** альбома «Если хочешь быть здоров – спортом занимайся»

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

**5)Чтение худ .лит.** С.Михалков «Про девочку ,которая плохо кушала»

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

**6) Подв./игра.** «Воробушки и кот»

**Цель**: Развивать у детей умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга. Действовать по сигналу, упражнять в прыжках в глубину, с места в длину, в быстром беге.

Воспитатель: Петровская В.В

1. Половина дня **.Беседа**:

«Витамины я люблю ,быть здоровым я хочу»

**Цель**: закрепить названия овощей, фруктов ягод ,продуктов питания; расширять представления детей о том, насколько полезны многие продукты , и как важно правильно питаться; обучать умению вести диалог с педагогом.

**Ход беседы:**

— 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 содержатся в овощах и фруктах, которые покупают вам в аптеке. Но, а самое главное, хорошо кушайте, чтобы не болеть, растите здоровыми и умными!

**Утренняя гимнастика**:

«Лошадки! -Лягушки»

**Цель**: формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых движений ;воспитывать желание выполнять физические упражнения.

**1**. Ходьба в колонне по одному на сигнал воспитателя «Лошадки!» (ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе); на сигнал «Лягушки!» присесть; ходьба и бег врассыпную.

**Упражнения без предметов**

 **2.** И. п. — ноги на ширине ступни, руки опущены. Поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши; опустить руки вернуться и исходное положение.

**3**. И. п. — стойка на коленях, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), вернуться в исходное положение.

**4.** И. п. — сидя ноги прямые, руки в упоре сзади. Подтянуть ноги к себе, согнув в коленях, вернуться в исходное положение.

**5.** И. п. — лежа на животе, руки согнуты перед собой. Попеременное сгибание и разгибание ног.

**6**. Игровое задание «Поймай комара» (прыжки на двух ногах на месте).

**Совместная деятельность педагога с детьми по аппликации**

**Тема** : « Витамины с грядки и сада»

**Цель**: помочь вспомнить утреннюю беседу об овощах и фруктах ,о их пользе; формировать интерес в совместной деятельности детей и взрослого по аппликации.

**Ход совместной деятельности**

Воспитатель предлагает детям вспомнить беседу о витаминах.

-Ребята в чем содержатся витамины?(продуктах ,овощах и фруктах)

Давайте мы с вами посмотрим на наш стол.

- Что это дети? (овощи,фрукты,ягоды) (вырезанные картинки)

-Жорик что у тебя в руках?(овощ,который называется морковка)

-Паша у тебя что в руках? (ягода,которая называется ,малина)

Так воспит.предлагает каждому ребенку выбрать картинку и сказать что на ней изображено.

Затем воспитатель совместно с детьми делают коллаж (аппликация).

**Игра мал.подв**. «Урожай»

Ну а теперь пойдем и соберем урожай на грядках и в саду.(дети идут собирают игрушечные овощи и фрукты)

**Прогулка**.

Подв./игры : «Попади в обруч» . «Катание с горки»

**Цель:** развивать двигательную активность, силу, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

**Просмотр и обсуждение мультфильма** «Мойдодыр»

**Цель:** развивать внимание детей во время просмотра мультфильма; учить пересказывать короткие по содержанию части мультфильма ; формирование культурно гигиенических навыков.

1. Половина дня. **Побудка**

«Буратино ,потянулся»

**Цель**: сохранять и укреплять здоровье детей ;развивать умение определять свое состояние и ощущения; поднять мышечный тонус; улучшить настроение после тихого часа.

Буратино потянулся(дети в кроватках тянуться)

Раз нагнулся ,два нагнулся(сидя на кроватках)

Руки в стороны развел (стоя воле кроваток)

Закаляться он пошел(дети идут в группу)

**Закаливание**

1. ходьба по массажным коврикам
2. дорожка - ребристая,
3. коврики с плоскими пуговицами

**Цель:**  повышения интереса к здоровому образу жизни; поддерживать, развивать и укреплять защитные силы организма ребенка, приучать противостоять неблагоприятным факторам внешней среды.

**Беседа:** «Друзья Мойдодыра »

**Цель:** продолжать воспитывать культурно гигиенические навыки ;расширять представления детей о том , на сколько важно следить за чистотой своего тела, рук, лица и т.д.; продолжать приучать внимательно слушать рассказ, вовлекать детей в разговор во время рассматривания иллюстраций.

**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.

Воспитатель читает.

**Рассматривание** **альбома**

«Если хочешь быть здоров – спортом занимайся»

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

**Чтение худ .лит.** С.Михалков «Про девочку ,которая плохо кушала»

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

**Ход занятия:«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)

**Подв./игра.** «Васька кот»

**Цель**: Развивать у детей умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга. Формировать умение действовать по сигналу,ходить в хороводе.

Тише мыши,не шумите(дети водят хоровод)

Кота Ваську не будите(кот спит в середине хоровода)

Как проснется Васька кот

И разгонит хоровод.(дети разбегаются в разброс)