(конспект занятия ко дню Здоровья

с детьми 2 младшей группы)

Провела: педагог-психолог Логвинова Л.Т.

**Цель:** формирование привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* уточнять и расширять представления о своем теле, органах(зрения, слуха);
* формировать представление о том, для чего служит каждая часть тела, органа;
* воспитывать бережное отношение к частям своего тела, органам чувств;
* развивать понимание значения и необходимости гигиенических процедур;
* уточнять знания об овощах, фруктах и других витаминах;
* развивать речь, активизировать словарь (тело, лицо, брови, гигиена, зарядка ,овощи, фрукты, витамины и т. д);
* знакомить с приемами расслабления, массажа;
* развивать воображение детей;

**Материал и оборудование:** кукла , волшебный сундучок, витамины.

**Предварительная работа:** сюжетная игра "Искупаем куклу", рассматривание Энциклопедии развития и обучения дошкольника, беседы на тему "Овощи", "Фрукты".

.**Ход занятия:**

-Здравствуйте, ребята. Меня зовут Витаминка, а мою подружку -Катя. Катя хочет узнать , какие части тела есть у человека ,для чего они нужны и как за ними ухаживать.

-Ребята, давайте вспомним части тела и покажем их Кате . Я буду называть, а вы показывать .

*Дети показывают голову ,руки, ноги, туловище*

- А теперь давайте покажем, что у нас находится на голове :

*Дети показывают уши, волосы*

- Еще у нас есть лицо и на нем находятся рот, нос, глаза, брови.

*Дети показывают части лица по мере их называния*

- А теперь давайте расскажем, зачем нам нужны ручки (*обнимать мамочку, играть, кушать, рисовать и т.д*.)

-Для чего же нам нужны ноги (*бегать, ходить, играть в мяч*), глаза(*смотреть*), рот(*разговаривать, смеяться ,кушать*) , зубы (*пережевывать пищу*), нос(*дышать, нюхать цветы* ), уши(*слушать*).

*Хвалю детей за правильные ответы, дополняю ответы детей*

- Ребята, а вы знаете, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?.Соблюдать гигиену, мыть руки перед едой, делать зарядку, хорошо кушать, спать, гулять; кушать свежие овощи, фрукты, потому что в них много витамин.

-Я сейчас расскажу как нужно ухаживать за своим телом: мыть руки пред едой(*имитация процедуры мытья рук);*

за зубками (*чистить утром и вечером*),

чтобы ушки не болели их нужно мыть , разговаривать тихо, давайте потрогаем ушки *( сделать массаж ушных раковин);*

глазки нужно беречь, нельзя смотреть долго телевизор, давайте сделаем зарядку для глаз *(упражнение для глаз: закрыть-открыть, посмотреть влево- вправо, вверх-вниз)*

-А теперь мы поедем на поезде в поле и сад, где растут овощи и фрукты. (*Стали друг за другом и тихо потопали ножками продвигаясь вперед*). Вдруг пошел дождь и начал стучать по "вагонам"( *дети пальчиками стучат вереди стоящему по спине)*.

-Ну ,вот, и приехали. Назовите, пожалуйста, какие вы знаете овощи ,фрукты; что нужно делать, прежде чем их кушать?(ответы детей, дополнение ответов, похвалить ребят за ответы).

-А у меня есть маленький волшебный сундучок здоровья (*показываю сундучок с витаминами*).

*Раздаю детям витамины. Хвалю за активность, правильные ответы, смекалку. Прощаюсь с детьми с пожеланием здоровья.*