

«Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение» № 23 «Ромашка»



«Проект по физической культуре с детьми младшей группы»



Воспитатели:

Комарова М.С. – 1 КК.

Макотрина М.А. – 1 КК.

ГО Сухой Лог, 2022г.

Вид проекта: информационно-творческий.

Тип проекта: познавательно-игровой.

Сроки реализации: краткосрочный (7 недель).

Участники проекта: воспитатель, дети второй младшей группы и их родители.

Актуальность проекта: Самый драгоценный дар, который человек получил от природы — это здоровье. Какой совершенной ни была бы медицина, она не может избавить каждого от болезней. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий.

Проблема: Наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы.

Цель: Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей и их родителей через различные формы работы.

Задачи:

Образовательные: Дать представление о здоровом образе жизни. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

Развивающие: Развивать культурно-гигиенические навыки у детей. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.

Воспитательные: Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Ожидаемые результаты:

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно- оздоровительной работы.
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.
- Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

Необходимые материалы: Массажные дорожки, дидактические игры, картотека дыхательных упражнений, пальчиковых игр, подвижных игр, физкультурных минуток, гимнастики, нетрадиционное физкультурное оборудование.

Этапы реализации:

1 этап — организационный: Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

2 этап — познавательно — исследовательский: Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

3 этап — практический: Разучивание пальчиковых игр, пословиц, изобразительная деятельность.

4 этап - итоговый: Проведение развлечения «Путешествие в город здоровья!» (мероприятие с родителями к 23 февраля). Выпуск стенгазеты: «Дерево здорового образа жизни» Пополнение предметно-развивающей среды нетрадиционным спортивным оборудованием.

Формы и методы реализации:

Формы:

- Наблюдения;
- Беседы;
- Игровые ситуации;
- НОД;
- Чтение художественной и познавательной литературы;
- Рассматривание иллюстраций;

- Подвижные и музыкальные игры;
- Гимнастики (утренние, дыхательные, после сна, корректирующие);
- Консультации, буклеты (родителям).

Методы:

- Словесные: Беседа, чтение художественной литературы, стихотворения, рассказ воспитателя, потешки, загадки.
- Наглядные: Рассматривание иллюстраций, картин, книг, показ воспитателем упражнений, гимнастик.
- Практические: Продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, музыкальная деятельность, эксперименты.
- Игровые: Дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно — ролевые игры.

Тематика НОД:

Беседы:

- Чистые ладошки — залог здоровья.(Приложение 1)
- Зимние игры на свежем воздухе. (Приложение 2)
- Правила гигиены.(Приложение 3)
- Полезная и вредная пища (Приложение 4)
- Роль лекарств и витаминов (Приложение 5)

Чтение: К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе».; С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»; Стихотворение: «Что такое чистым быть?», «Я и солнышко»; Потешки: «Водичка, водичка...», «Кран откройся! Нос, умойся!», «От водички, от водицы все улыбками искрится!».

Интегрированные занятия

- «Солнце, воздух и вода -наши лучшие друзья!»(Приложение 6)
- «Где прячется здоровье» (Приложение 7)

Эксперименты

- **«Тёплая и холодная вода».**

Цель: Уточнить представления детей о том, что вода бывает разной температуры – холодной и горячей; это можно узнать, если потрогать воду руками, в любой воде мыло мылится: вода и мыло смывают грязь.

Материал: Мыло, вода: холодная, горячая в тазах, тряпка.

Ход: Воспитатель предлагает детям намылить руки сухим мылом и без воды. Затем предлагает намочить руки и мыло в тазу с холодной водой. Уточняет: вода холодная, прозрачная, в ней мылится мыло, после мытья рук вода становится непрозрачной, грязной.

Затем предлагает сполоснуть руки в тазу с горячей водой.

Вывод: Вода – добрый помощник человека.

- «Да здравствует мыло душистое!»

Цель: Расширить представления детей о мыле, его свойствах и качествах.

Задачи:

Образовательные:

- Закреплять и уточнить знания детей о том, для чего люди используют мыло в повседневной жизни.
- обогащать и активизировать словарь по теме.

Развивающие:

- уметь на основе опытов анализировать и делать самостоятельно выводы;
- развивать познавательную активность;
- развивать связную речь, воображение.

Воспитательные:

- воспитывать культурно-гигиенические навыки.

Материалы к занятию:

-Кусочки туалетного мыла по количеству детей в коробочке.

– Для опытов: стаканчики с тёплой водой по количеству детей, тёрка, стружки мыла, деревянные палочки.

-Мыльные пузыри.

Ход занятия:

Дети свободно играют. Воспитатель привлекает их внимание: «Ребята, посмотрите, посылка.

Воспитатель вместе с детьми рассматривает коробочку,

Воспитатель: Откроем ее? **(ответы детей)**

– Ой, она не открывается! Дети, а здесь письмо. Сейчас я его прочитаю.

Воспитатель читает письмо

«Детки, эта посылка волшебная, чтобы ее открыть,... а мы ведь хотим ее открыть? **(ответы детей)**... необходимо отгадать загадку, и вы узнаете, что тут лежит!»

– Вот это чудеса! Дети, слушайте внимательно загадку?

Это наш хороший друг

Терпеть не может грязных рук.

На грязь оно сердится,

В руках оно вертится,

Запенится вода.

От страха грязь бледнеть начнет

И побежит, и потечет,

Исчезнет без следа.

А руки станут чистыми,

Душистыми, душистыми

Узнали без труда... **(мыло)**.

(ответы детей)

– Правильно, это мыло! Теперь мы можем открыть и посмотреть, что в посылке. Действительно, ребята, здесь мыло. Как его здесь много, на всех хватит. Возьмите в руки по кусочку.

Воспитатель раздает детям мыло. Дети обследуют кусочки мыла.

– Ребятки, потрогайте мыло, какое оно на ощупь? **(гладкое)**. Понюхайте его. **(оно пахнет)**. Какое оно по цвету? **(розовое, белое, желтое)**.

– Ребятки, мы узнали, что мыло гладкое, имеет запах, бывает разного цвета и разной формы.

– Дети, а для чего нужно мыло, вы знаете? **(чтобы мыть руки, отмывать грязь)**

– Правильно, мыло отмывает грязь, уничтожает микробы, чтобы мы с вами не заболели. Мыло, которым моют руки, называется **туалетное**.

– А сейчас мы отправимся с вами в лабораторию, где будем проводить опыты с мылом и узнаем еще много интересного о мыле! Вперед?!

Физкультминутка:

(Дети идут в импровизированную лабораторию, где все приготовлено для опытов).

По ровненькой дорожке,

Бежали наши ножки – **дети идут обычным шагом.**

По камешкам, по камешкам

И в ямку за товарищем – **дети перешагивают через воображаемые камешки, при словах “в ямку за товарищем” приседают. Затем встают и снова идут:**

Встали мы на ножки
На ровненькой дорожке.

– Мы пришли в лабораторию, где все готово для работы. Но прежде чем начать наш эксперимент, повторим правила безопасности:

1. Всё за собой ты убери,
Будь аккуратным и не сори.
2. Не пробуй на вкус ничего никогда,
Иначе тебя ожидает беда.
3. И никогда никому не мешай,
Соседа всегда своего уважай!

Воспитатель совместно с детьми проводит опыты.

1. В прозрачные стаканчики подлить тёплую воду: какая она вода? (чистая и прозрачная)

2. Показать детям ещё одно свойство твёрдого мыла – его мягкость – натирая его теркой.

3. В стаканчики с чистой водой насыпать стружки мыла, понаблюдать, как постепенно мыло растворяется в воде. Какая стала наша вода после растворения в ней мыла? (мутная)

4. С помощью деревянной палочки размещать воду с растворённым мылом до образования пены. Проводится игра «У кого выше и пышнее пена?» Какое ещё свойство имеет мыло? (в жидком состоянии сильно пенится)

(Дети делятся впечатлениями, высказывают свое мнение).

Выводы детей: Мыло растворяется в воде, пенится, образует много пузырьков.

Ребятки, мы с вами узнали много нового и интересного о мыле. Давайте вспомним все, о чем мы сегодня узнали. **(мыло пахнет, пенится, растворяется в воде, имеет разную форму и цвет)** Вам понравилось? (Ответы детей). Теперь все будут дружить с мылом? А ручки мыть без мыла можно? **(нет, оно отмывает грязь)**

– Молодцы! И хочется закончить наше занятие словами из сказки про «Мойдодыра»:

«Да здравствует мыло душистое!
И полотенце пушистое»
Дети играют с мыльными пузырями.

Художественно-продуктивная:

– Рисование: «Мячик — главный наш спортсмен». (Приложение 9)

– Лепка «Витаминки в баночке» (Приложение 10)

Игровая: – Сюжетная игра «Кукла Катя простудилась». – Сюжетная игра «Магазин «Овощи — фрукты». Музыкальная: Музыкально-ритмические движения: «Ноги и ножки» (В. Агафонников).

- Пение: «Осень» Кишко, «Ладушки» обработка Фрида.
- Музыкально-ритмические движения: «Птица и птенчики» Тиличевой, «Ходим, бегаем» Тиличевой, «Листопад» Слонова.
- Игра: «Лиса и зайчики» Ломовой.
- Гимнастика «Зоопарк»
- Разминка: «Кто умеет лучше топать» Бабаджан
- Игровой массаж: «Доброе утро» сл., муз. Е. Шадринной Физическое развитие
Работа с детьми в режимных моментах.

Взаимодействие с родителями:

- Папка-передвижка «Здоровый образ жизни семьи».
- Консультации: «Мы за здоровый образ жизни»; «Спортивная семья».
- Фестиваль подвижных игр (дети и родители).
- Оформление лэпбука на тему: «Культурно-гигиенические навыки».
- Буклет: «Вредные привычки у взрослых и их влияние на здоровье детей».
- Карточки «Дыхательная гимнастика в детском саду»; «Подвижные игры на свежем воздухе».

Итог: – У дошкольников и их родителей сформированы основы здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью.

– Дети получили практические знания по укреплению и сохранению своего здоровья. – Малыши научились проводить простейшие исследования, анализировать, делать выводы, для дальнейшего применения полученных знаний в повседневной жизни.

Приложение 1.

Конспект НОД во второй младшей группе "Чистота - залог здоровья"

Цель: Формирование представлений детей о значении чистоты для здоровья человека.

Задачи: Закреплять навыки детей в умывании, в знании предметов гигиены и их назначении.

Воспитывать у детей желание всегда быть красивыми, чистыми, аккуратными.

Закрепить представления детей о том, что причиной некоторых заболеваний являются микробы.

Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Доктор приходит в группу перед вторым завтраком

Доктор: Здравствуйте ребята.

Дети: Здравствуйте

Доктор: Я смотрю вы кушать собираетесь?

Дети: Да

Доктор: А ручки вы мыли?

Дети: Да

Доктор: Молодцы, но я всё же проверю, покажите мне свои руки.

Доктор осматривает руки детей.

Доктор: А почему нужно мыть руки?

Дети: На руках есть микробы

Доктор: Правильно

Художественное слово

Там, где грязь, живут микробы

Мелкие – не увидеть.

Их, микробов очень, много,

Невозможно сосчитать.

Тьма невидимых зверюшек

Жить предпочитают в нас.

Если грязными руками

Кушать или трогать рот,

Неприменно от микробов

Сильно заболит живот.

Доктор: Посмотрите, что у меня есть, это мячик. А что на нём

Дети: Микробы

Доктор: давайте с ним поиграем

Доктор передаёт мячик детям, к мячику на липучке прикреплены «микробы», дети передают мяч друг другу, оставляя у себя в руке «микроба», если кому-то не хватило то можно предложить детям пожать руки, и передать «микроба». Во время игры доктор комментирует, как микробы попадают на руки друг от друга и от предметов.

Доктор: А теперь давайте проверим знаете ли вы как мыть руки?

Дидактическая игра «Как мыть руки»

Дети последовательно раскладывают карточки

Доктор: Молодцы, вижу вы знаете как правильно мыть руки. А утром когда вы просыпаетесь, что нужно сделать?

Дети: Умыться, одеться, сделать зарядку.

Физкультминутка

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались.

Ножками топали, ручками хлопали,

Вправо, влево наклонялись

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чём секрет,

Всем друзьям, физкульт привет.

Доктор: Скажите, а расчёска нам нужна?

Дети: Да

Доктор: Для чего?

Дети: Расчёсывать волосы

Доктор: Ну ка, покажите мне, как вы умеете расчёсывать волосы.

Доктор даёт расчёску девочке.

Ребёнок причёсывается

Доктор: Я приготовил для вас задание

Дидактическая игра «Пригодится - не пригодится»

В контейнере лежат различные предметы, дети должны определить, какие предметы необходимы для поддержания чистоты тела, и как их используют, а какие предметы лишние.

Доктор: Молодцы ребята, вы справились с моим заданием, и помните, что бы быть здоровыми нужно заниматься спортом, закаляться, хорошо и правильно кушать, следить за чистотой, мыть руки после туалета, после прогулки, перед едой, чистить зубы утром и вечером, следить за своей одеждой.

Доктор: Ребята сейчас вам пора за стол, но не забудьте вымыть руки, ведь мы поиграли с игрушками, а значит, на руках уже могут быть микробы.

До свидания ребята!

Приложение 2

Цель: Способствовать эмоциональному отзыву на восприятие предложенной темы. Вызывать положительный эмоционально окрашенный настрой на общение со взрослыми и сверстниками.

Задачи: Обобщить и закрепить знания детей о зимних играх. Познакомить с понятием Олимпиада. Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни; совершенствовать знания о различных видах спорта, желание заниматься спортом;

- развивать познавательный интерес, память. Активизировать пассивный словарь детей. Вызывать интерес к участию в беседе.

Организационный момент:

Воспитатель: Ребята, кто мне скажет какое у нас сегодня время года? Правильно. Как вы это поняли? Тогда давайте вспомним, в какие игры мы с вами любим играть зимой?

1. Игра «Санки, коньки, лыжи, снежки»

(игра на развитие слухового внимания) .

Дети идут по кругу и имитируют ходьбу на лыжах, катание на коньках, игру в снежки.

Мы бежим с тобой на лыжах, (Дети изображают ходьбу на лыжах)

Снег холодный лыжи лижет.

А потом — на коньках, (^ Дети изображают бег на коньках)

Но упали мы. Ах! ("Падают»)

А потом снежки лепили, (Стоят, сжимают воображаемый снежок ладонями)

А потом снежки катали, (Катят воображаемый комок)

А потом без сил упали. ("Падают")

И домой мы побежали. (Бегут по кругу)

Воспитатель: Какие вы молодцы. Теперь давайте посмотрим на картинки и кто-нибудь расскажет мне о том, что на них изображено

Загадка:

Он появляется тогда,

Когда замёрзнет пруд, река.

На нём так трудно удержаться,

Но любим по нему кататься!

(Лёд)

Взял дубовых два бруска,
Два железных полозка.
На бруски прибил я планки -
Дайте снег! Готовы. **(Санки)**

Мы - проворные сестрицы —
Быстро бегать мастерицы.
В дождь - лежим, а в снег – бежим:
Уж такой у нас режим. **(Лыжи)**

Меня хлопали лопатой,
Меня сделали горбатой,
Меня били, колотили!
Ледяной водой облили,
И скатились все потом
С моего горба гуртом. **(Горка)**

Есть, ребята, у меня
Два серебряных коня,
Езжу сразу на обоих.
Что за кони у меня? **(Коньки)**

Что за нелепый человек
Пробрался в двадцать первый век?
Морковка — нос, в руке — метла,
Боится солнца и тепла. **(Снеговик)**

Воспитатель: Ребята, а когда мы с вами играем на улице, как нужно себя вести, чтобы не поскользнуться и не удариться?

Дети:

-Не толкаться,

- не бегать,
- не играть на скользкой дороге,
- не подставлять подножки товарищам,
- не бороться, идти осторожно,
- не кататься;
- если кто-то упал, помочь подняться;

Воспитатель: Ребята, а что такое спорт? Спортом занимаются самые сильные, крепкие и здоровые. Что нужно делать чтобы быть такими? Надо каждое утро делать зарядку, выполнять упражнения на открытом воздухе или открытой форточке ит. д.

Воспитатель: Какими бывают дети, которые не любят делать зарядку, не любят физкультуру?

Дети: Они слабые, часто болеют, грустные, многое у них в жизни не получается.

Воспитатель: Покажите, какие это дети.

(Пантомима «Очень худой ребенок»)

Воспитатель: Вы не хотите стать таким ребенком?

Дети: Нет!

Воспитатель: Знаете ли вы, ребята, как называются самые главные соревнования у спортсменов всего мира?

Главные соревнования у спортсменов называются Олимпийские игры. Каждый спортсмен мечтает выступить и победить в них. На зимней олимпиаде спортсмены играют в хоккей, соревнуются на коньках, на лыжах... Для спортсмена олимпийская медаль – самая главная награда в жизни. За каждой из них, будь то золотая, серебряная или бронзовая, - тяжелый труд ежедневных многочисленных тренировок; упорство, сила воли, трудолюбие...

Воспитатель: Ребята, а как же стать таким спортсменом и поехать на Олимпийские игры?

Дети: Чтобы стать спортсменом и поехать на Олимпийские игры нужно заниматься спортом, делать зарядку, закаливаться.

Воспитатель: Молодцы ребята, а сейчас мы с вами отправимся на улицу и поиграем в снежки.

Приложение 3

Цель: Закрепить последовательность действий при умывании и знаний о назначении предметов туалета; воспитывать желание быть чистым и аккуратным; развивать диалогическую речь, учить доброжелательному общению друг с другом и со взрослыми.

Ход беседы

Воспитатель читает стихотворения о грязнулях и опрятных детях. Дети рассматривают иллюстрации – чистюля и грязнуля.

Раздается тук в дверь. Входит Мойдодыр, здоровается, читает отрывок из стихотворения К. Чуковского.

Мойдодыр:

Я – великий умывальник,
Знаменитый Мойдодыр,
Умывальников начальник
И мочалок командир.

- Ну-ка, ребята, дайте ответ, есть среди вас грязнули? Скажите мне, какие места на вашем теле пачкаются больше всего?

- Вы знаете: для того чтобы смыть грязь и привести себя в порядок, нужны специальные предметы. Какие – вы вспомните, когда отгадаете загадки.

Хожу, брожу не по лесам,
А по усам, да волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и у мышей.

(Расческа)

Дождик теплый и густой,
Этот дождик не простой
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов.

(Душ)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.

(Мыло)

Мойдодыр хвалит детей, спрашивает их, умеют ли они правильно мыть руки и лицо. Предлагает всем пройти в умывальную и показать, как правильно пользоваться мылом и т.д.

Мойдодыр дарит детям игрушки для пускания мыльных пузырей. Играют все вместе в группе или на прогулке.

Приложение 4

Тема: Полезная и вредная пища.

Цель: Дать понятие о правильном питании; закрепить знания о продуктах питания; вызвать желание заботиться о своем здоровье; учить проявлять заботу.

Ход занятия.

Педагог предлагает детям приготовить обед для кукол, которые живут в группе.

Воспитатель: Сначала нужно решить, что мы будем готовить. Давайте приготовим то, что вы больше всего любите кушать. *(Каждый ребенок называет свои любимые блюда.)* Как много всего вы назвали, молодцы. Но, наверное, нашим куклам не стоит так много всего есть. Ведь, если съесть слишком много пищи, может заболеть живот, может стошнить. А что еще может произойти? *(Дети делятся соответствующим личным опытом.)*

Давайте решим, что мы приготовим. Сегодня у нас будет не праздничный, а обычный обед. Что мы с вами едим на обед каждый день? *(Суп, второе, салат, хлеб, компот.)* Нам нужно купить все необходимое в магазине.

Все вместе *«идут в магазин»*, роль продавца исполняет воспитатель, который спрашивает, что дети хотят купить. В диалоге воспитателя и детей называются полезные продукты. Продавец, *«делая рекламу»*, расхваливает все продукты, в том числе конфеты, пирожные и другие сладости. Но дети должны выбрать только продукты для приготовления обеда, а не покупать все, что им хочется.

Все вместе готовят обед и накрывают на стол, затем кормят кукол. В процессе идет разговор о том, что полезно и нужно есть в обед, а что не очень полезно; какие продукты нужно есть реже, чем остальные.

Приложение 5

Тема: Роль лекарств и витаминов.

Цели: Уточнить и закрепить знания детей о лекарствах и витаминах; дать понятие об осторожности при использовании лекарств и витаминов; подкреплять уверенность в необходимости ведения здорового образа жизни.

Ход беседы.

Воспитатель: Мы много говорили о здоровье и знаем, что здоровье – одна из главных ценностей человеческой жизни. Скажите, почему человеку так нужно быть здоровым? *(Когда человек здоров, он бодр, энергичен, с удовольствием работает и играет.)* А что должен делать человек для того, чтобы сохранить свое здоровье? *(Он должен соблюдать режим дня, заниматься спортом, чаще бывать на свежем воздухе, правильно питаться.)* К сожалению, люди все равно болеют, кто-то чаще, кто-то реже. Есть очень серьезные заболевания, которые лечатся долго и только в больнице. Но мы сегодня поговорим о простудных и вирусных заболеваниях, которыми люди болеют наиболее часто. Что это за болезни? *(Ангина, грипп, обычная простуда.)* Эти болезни можно победить и в домашних условиях, но чаще всего с помощью врачей.

Давайте вспомним, что нужно сделать, если кто-нибудь заболел. *(Вызвать врача на дом или сходить на прием к врачу в поликлинику.)* Как же врач лечит заболевшего? *(Он прописывает ему лекарства.)* Лекарства бывают разными. В каких формах выпускают лекарства? Знаете ли, вы какие лекарства есть у вас дома и где они хранятся? *(Ответы детей.)* Многие из вас не смогли ответить на этот вопрос. И это хорошо. Взрослые должны всегда убирать лекарства в недоступное для детей место. Многие лекарства выглядят привлекательно, да и на вкус приятны. Но это не значит, что они всегда и для всех безвредны. Лекарства предназначены только для лечения. Лечиться ими можно только под руководством врача или опытных взрослых людей. Одна красивая таблетка может нанести непоправимый вред здоровью человека. Именно поэтому детям лучше вообще не знать, где находятся лекарства. Ведь пользоваться лекарствами самостоятельно дети не должны.

Воспитатель показывает яркие упаковки с витаминами.

Воспитатель: А это что такое? *(Витамины.)* Для чего они нужны? Можно ли вылечиться, принимая только витамины? Как вы думаете, витамины – это скорее лекарства или конфеты? Правильно ни то ни другое. Витамины не лечат организм, как лекарства, а лишь укрепляют его, помогая противостоять болезням. И хотя витамины сладкие и вкусные, есть их как конфеты нельзя. Витамины съеденные в большом количестве, нанесут вред здоровью. Помните – детям нельзя есть витамины всегда, когда хочется.

Приложение 6

Конспект ООД на тему: «*Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья!*»

Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни; воспитывать желание следить за своим внешним видом; формировать знания о том, что природа является источником здоровья; сформировать знания о предметах личной гигиены и понятии – личная гигиена.

Задачи:

Образовательная.

1. Расширять представление детей о предметах быта, связанных с культурно-гигиеническими привычками, о том, что природа является источником здоровья.
2. Расширять представление о культурно-гигиенических привычках средствами художественной литературы.
3. Развивать умение выразительно читать знакомые потешки, стихи.

Развивающая.

1. Формировать умение ориентироваться в пространстве.
2. Развивать умение точно выполнения движения в соответствии с текстом.
3. Учить наиболее выразительно отображать в рисунке образы (*солнце, воздух, ручей*).

Воспитательная.

1. Формировать умение вести простой диалог с взрослым и сверстниками по поводу соблюдения культурно – гигиенических привычек.
2. Воспитывать желание следить за своим внешним видом и аккуратность.

Предварительная работа: Разучивание стихов разгадывание загадок; чтение произведения К. И. Чуковского «*Мойдодыр*»; беседы с детьми: о солнце, воздухе, воде; о личной гигиене, просмотр слайдов.

Оборудование: проектор, схема чистки зубов, голубые ленточки, гуашь, кисти, листы белой бумаги, презентация «*Солнце, воздух, вода*».

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие в страну «*Здоровейка*», давайте поприветствуем друг друга.

Коммуникативная игра «*Здравствуй!*».

- Занимайте места в вагончиках и отправляемся:

Вот поезд наш едет, колеса стучат,
А в поезде этом ребята сидят, чух-чух,
Чух-чух, а в поезде этом ребята сидят.
Чууух.

- Вот мы и приехали в город **«Витаминки»**.

Встречает детей Айболит.

Беседа о еде, правилах поведения за столом. Показ иллюстраций — витамины, продукты питания. Делают разминку **«Неболейка»**.

Сюрпризный момент: приходит Солнышко.

Рассказывание потешки:

Светит Солнышко в окошко
Светит в нашу комнату
Мы захлопаем в ладошки
Очень рады солнышку.

Воспитатель: Дети, а что дает нам Солнышко? (*Тепло, свет, солнечный загар, витамин «Д»*).

Воспитатель: правильно, с солнцем мы получаем загар, принимаем солнечные ванны, витамин «Д» нужен нам для того, чтобы наши кости были крепкими.

Физминутка: **«Солнышко»**.

Вот как Солнышко встает
Выше, выше, выше. (*Дети поднимают руки через стороны вверх, поднимаясь на носочки*).
К ночи Солнышко зайдет
Ниже, ниже, ниже. (*Дети приседают, опуская руки вниз*).

Хорошо, хорошо Солнышко смеется,
А под Солнышком нам
Весело живется. (*Дети шагают на месте, хлопая в ладоши*).

Ребенку предлагается нарисовать солнышко на листе бумаги, закреплено на мольберте, в это время включаем запись **«звук солнца»** (звуки природы).

Воспитатель: Ребята, на прогулке, дома, в детском саду каждый день мы с вами дышим воздухом. Скажите, каким должен быть воздух, чтобы были здоровыми? (*Воздух должен быть чистым, без пыли и грязи*).

Воспитатель: Правильно, воздух должен быть чистым, свежим, без посторонних запахов. А что может случиться с человеком, если воздух будет загрязнен? (*Человек может заболеть*).

Воспитатель: Дети, а мы с вами видим воздух? (*Нет*). А как вы думаете, почему? (*Потому, что он прозрачный*).

- Но мы можем его почувствовать, как он тонкой струйкой, через нос попадает к нам в живот. Давайте попробуем.

Дыхательная гимнастика — упражнение *«Погончики»* по Стрельниковой.

И. п – стоя ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Вдох носом, плавно поворачиваем голову к правому плечу, выдох через рот, голову прямо, вдох, плавный поворот к левому плечу, выдох.

Воспитатель: Дети, а к нам пришел необычный гость.

Заходит ребёнок, переодетый в костюм *«воздуха»*, заносит шарики.

- Что это? (*Шарик*)

- Он худой, маленький, его можно спрятать в ладошку, вот так (*показать*). Наш гость хочет, чтобы я его надула воздухом (*надуваем*).

- Ребята, какой стал шарик? (*Круглый, большой (улкен-большой)*).

- Шарик легкий или тяжелый? (*Легкий*)

- А как вы думаете почему, что у него внутри? (*Потому, что внутри воздух*).

- Давайте послушаем, какой звук издает шарик, когда воздух из него выходит.

Дети все вместе произносят звук ш-ш-ш-ш.

Детям предлагается нарисовать воздух в виде шарика, так как воздух мы не видим, но он есть в воздушном шарике.

Звучит музыка и входит *«Мойдодыр»*.

Здравствуйте детишки,
Девчонки и мальчишки.
К вам спешил я в детский сад,
Всех я вас увидеть рад!

Я великий умывальник.
Знаменитый Мойдодыр.

Умывальников начальник
И мочалок командир.

Отвечайте мне.
Вы здоровенькие? Да (*показывают*)
Вы чистенькие? Да.
С мылом дружите? Да.

С водой дружите? Да.

- Покажите-ка, как вы дружите с водой, как моете руки (*показ детьми правила мытья рук*)

Чтение и имитация движениями.

Кран откройся нос умойся
Мойтесь сразу оба глаза
Мойтесь уши, мойся шейка,
Мойся шейка хорошенька.

Мойся, мойся, обливайся,
Грязь смывайся, грязь смывайся.

- А где можно встретить воду? (*Вода-су*). (*В реке, ручейке, океане*).

Игра «*Ручеек*»: из коротких ленточек, разложенных в разных местах групповой комнаты, соединить их в одну «*большую речку*».

Детям предлагается нарисовать воду, ручеек (*в это время звучит запись «Звуки природы» — весенний ручеек.*)

Воспитатель: Ребята, посмотрите, какое необычное дерево!

- А какие предметы личной гигиены вы знаете? (*Расческа, мыло, зубная щетка, паста, зубной порошок*).

- Каждое утро и вечер всем нужно чистить зубы, так как между зубами остаются остатки пищи.

Рассмотреть с детьми правила чистки зубов.

- А отгадаете ли вы мои загадки?

Загадки:

Зубастая пила, в лес густой пошла
Весь лес обходила, ничего не спилила (*расческа*)

• **

Костяная спинка, жесткая щетинка,
С мятной пастой дружит
Нам усердно служит (*зубная щетка*)

• **

Гладко и душисто, моет очень чисто,
Нужно, чтоб у каждого было. Что это? (*мыло*)

• **

Она помогает нам чистыми стать
И вымыть полы и белье постирать (*вода*)

Заходит мальчик «*Грязнушкин*».

Мальчик: Ха, ха, ха! Умываются, чистоту наводят! Я не люблю умываться!

Дети рассказывают стихи про гигиену.

Мойдодыр умывает мальчика.

Мальчик: Спасибо вам, ребята, я теперь всегда буду опрятным, чистым!

Мойдодыр: Ну, молодцы, теперь я уверен, что вы всегда будете следить за чистотой своего тела, за своим здоровьем и оставаться здоровыми. До свидания, ребята.

Дарит детям детское мыло.

Воспитатель: Ребята, вот наше путешествие и подошло к концу, нам пора отправляться в детский сад, давайте займем свои места в вагончиках. Поехали. (*Под музыку*)

Вот поезд наш мчится
Колеса стучат, а в поезде
Этом ребята сидят
Чух-чух, чух-чух,

А в поезде этом ребята сидят.

Чууух.

- Вот мы и вернулись в детский сад. Скажите, что вы узнали, кого мы можем назвать нашими лучшими друзьями? (*Солнце, воздух и вода -наши лучшие друзья*) Чем занимались на занятии?

Итог занятия. Угощаю детей морковью.

Приложение 8

Конспект занятия по здоровьесбережению «Где прячется здоровье»

Здоровье - это награда, которую получает человек за усердие. Здоровый человек - это, как правило, образованный человек, усвоивший одну простую истину: «Что бы стать здоровым, надо научиться быть здоровым»

Интеграция образовательных областей: «Социализация», «Познание», «Коммуникация», «Здоровье», «Безопасность», «Физическая культура»

Цель: развитие познавательной активности в образовательных областях «здоровье», «Безопасность», «Физическая культура»

Программные задачи:

Образовательные: - формировать у детей представления о зависимости здоровья от выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья;

- закрепить знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия. Развивающие: развивать познавательный интерес и речь.

Воспитательные: воспитывать желание заботиться о собственном здоровье.

Методы и приемы: чтение художественной литературы, создание проблемных ситуаций, беседа, упражнение на дыхание, упражнение на развитие координации движений и речи, дидактическая игра, массаж, пальчиковая гимнастика, обращение к жизненному опыту детей.

Предшествующая работа: рассматривание детских энциклопедий, беседа о гигиене, режиме дня, правильном питании и пользе физкультуры, чтение художественной литературы, загадывание загадок, формирование здоровьесберегающих умений и навыков.

Материалы и оборудование: модель солнца, бутылочка, стаканчики, коктейльные трубочки, корзинка с продуктами, дидактическая игра «режим дня», демонстрационный материал по теме занятия, солнышко с ленточками.

Ход:

Ребята у нас сегодня гости, давайте поздороваемся.

- Добрый день!
- здравствуйте!

А знаете, ребята мы ведь не просто поздоровались, мы сказали, здравствуйте, это значит -здоровья желаем.

- здравствуйте! - вы сказали человеку.

- здравствуй! - улыбнется он в ответ.

И, наверное, не пойдет в аптеку,

А здоровым будет много лет.

- Ребята давайте встанем в круг и возьмем за руки друг друга.

Мы стали рука в руке,

Вместе мы большая сила

Можем маленькими быть (дети приседают)

Можем мы большими быть (поднимают руки вверх)

Но никто один не будет.

- И действительно вы никогда не бываете одни. Вокруг вас всегда близкие люди — ваши родители, ваша семья. Когда они рядом вы чувствуете себя замещенными.

Запомните — любовь ваших родных к вам и ваши добрые чувства к ним помогают сохранить и ваше здоровье и здоровье родных вам людей.

Сегодня я хочу рассказать вам старинную легенду. «Давным - давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть здоровым», Третий сказал «Человек должен быть умным». Но один бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили боги спрятать главное, что есть у человека - здоровье. Стали думать — решать, куда бы его спрятать? Один предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие высоко в горы. А один из богов предложил: «Здоровье спрятать в самого человека». Так и живет человек с давних пор, пытаясь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов. Значит здоровье — то, оказывается, спрятано и во мне, и в тебе, и в каждом из вас.

- Ребята, а вы чувствуете себе здоровыми? Что значит быть здоровым? (ответы детей) (это значит быть сильным, крепким, бодрым, веселым и энергичным)

- Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке нашего организма.

Первый лучик — это физические упражнения, или физкультура (модель солнца, к нему прикрепляется лучик с изображением физических упражнений)

- Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения для нашего организма (Укрепляют мышцы, закалывают организм. Дарят нам бодрое, хорошее настроение.)

А вы сами выполняете физические упражнения? Где и когда? (на зарядке, физкультминутках, физкультурных занятиях, играя в подвижные игры)

- Когда вы делаете зарядку, занимаетесь физкультурой — вы растете сильными и крепкими. - Чтобы больными не лежать, надо спорт уважать.

- Какие пословицы о спорте вы знаете?

(- Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

- Где здоровье, там и красота. - Двигайся больше — проживешь дольше. - Солнце, воздух и вода наши верные друзья. - Солнце, воздух и вода помогают нам всегда. - Движение - это жизнь.)

- А теперь всем детям встать, (имитация движений под речевку) Руки медленно поднять.

Пальцы сжать, потом разжать,

Руки вниз и так стоять.

Отдохнули все немножко,

И отправились в дорожку.

Две руки хлопают, (хлопки с ладоши)

Две ноги топают, (ритмичное топание ногами)

два локотка вращаются, (руки к плечам, вращательные движения локтями)

Два глаза закрываются, (руки вниз, глаза закрыть)

Ручками захлопали - (дети выполняют движения согласно текста речевки)

Хлоп, хлоп, хлоп,

Хлоп, хлоп, хлоп (хлопки в ладоши)

Ножками затопали - (притопывание ногами)

Топ, топ, топ, Топ, топ, топ . Головку опускаем (наклон головы вперед)

И спинку выпрямляем (выпрямиться, руки в стороны)

-Молодцы!

- А сейчас я вам покажу фокус, и вы узнаете, как называется второй лучик здоровья.

- Загляните вовнутрь этой бутылочки. Что там лежит? (там ничего нет)

- Сейчас мы увидим, кто там прячется. Раз, два, три, невидимка из бутылочки беги (опускаю бутылочку в воду и нажимаю на нее, из бутылочки бегут пузырьки) .

- Что за невидимка сидел в бутылочке? (это воздух). Правильно дети.

- Вокруг нас и в каждом из нас есть воздух. Давайте дети проверим, так ли это. Сейчас подойдите к столу возьмите коктейльные палочки, опустите в воду и подуйте. Что вы видите? Почему образуются пузырьки? (потому, что в наше организме есть воздух)

- Без дыханья жизни нет, Без дыханья меркнет свет. Дышат птицы и цветы, Дышат он и я и ты.

Давайте проверим, так ли это. Сейчас вы постарайтесь глубоко вздохнуть и закрыть рот и нос ладошками. Что вы почувствовали? Почему не смогли долго быть без воздуха? (ответы детей) (потому что наш организм не может жить без воздуха)

- Правильно, это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась и просит
«Пришли мне

V

пожалуйста воздух. »

- Давайте с вами вспомним упражнение на дыхание? (Комплекс на дыхание.)

- И, Э, А, О, У, Ы, Е, Я, Е, Ю (сделать вдох, и на одном выдохе произнести звуки, повторить несколько раз.

Для чего мы выполняем упражнение на дыхание (чтобы организм обогащать кислородом, чтобы закалять и укреплять его)

Так как же называется второй лучик здоровья? (отрываю на модели второй лучик с изображением воздуха) .

- Правильно - воздух.

дети что это? (показываю модель часов)

- Скажите, зачем нужны часы? (ответы детей)

• Да вы правы, часы нам нужны для того, чтобы ориентироваться во времени (когда проснутся, когда заниматься и т. д.) .

• Дети как вы думаете, что такое режим? (ответы детей)

Режим - это когда дела выполняются в течение дня по времени, как у нас в детском саду. У нас есть время для принятия пищи, занятий, прогулки, сна, и ухода домой. С этим режимом детского сада знакомы и ваши родители, ну а часы показывают время выполнения этого режима дня.

Режим дня помогает быть дисциплинированным, помогает укреплять здоровье, хорошо и качественно выполнять все свои дела.

• А теперь я предлагаю вам, поиграть в игру, которая называется и Встань по порядку» (дети выходят с картинками, на которых изображены дети

занятыми режимными видами деятельности в течение дня. В ходе игры обращаю внимание, что все виды деятельности необходимо выполнять в одно и то же время)

- Как будет называться третий лучик здоровья? (Режим дня) - Чтобы здоровым оставаться нужно правильно питаться. Пищей сладкой шоколадной ты не увлекайся.

Очень кислой и соленой ты остерегайся.

Только овощи и фрукты, очень вкусные продукты.

- В магазинах продают много разных продуктов. Если вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты? Я предлагаю вам корзину, в которой лежат знакомые вам продукты. Разделимся на две команды. Первая команда выбирает полезные продукты, вторая вредные. - Молодцы и с этим заданием вы справились.

- Как будет, называется четвертый лучик здоровья? (полезная пища)

- Ребята, посмотрите на модели здоровья. У нас остался неоткрытыми только одним лучик. Хотите узнать, какое имя у последнего лучика? Я его открою, а вы постарается определять, как он называется.

- Правильно, пятый лучик здоровья называется чистота.

- Приготовили пальчики.

Раз, два, три, четыре, пять! (загибаем на счёт пальцы правой руки, начиная с мизинца) будем пальчики считать - (сжимаем и разжимаем кулачок правой руки)

Крепкие, дружные, (энергичные хлопки в ладоши на

Вот такие нужные! каждое слово)

На другой руке опять: (сжимаем и разжимаем кулачок левой руки)

Раз, два, три, четыре, пять! (загибаем на счёт пальцы левой руки, начиная с мизинца), Пальчики быстрые, (хлопки в ладоши на каждое

Очень - очень чистые! слово).

- Как вы думает, связаны ли чистота и здоровье почему говорят «Чистота - залог здоровья» ' (ответы детей)

- давайте вспомним правила чистоты (слайд)

(ответы детей)

- И каждый из вас должен обязательно следить за чистотой своего тела.

(Массаж лица)

- Учила мама дочку умываться:

- Надо, надо умываться (поглаживающие движения)

- По утрам и вечерам, (растирающие движения)

А детишкам неумытым (пощипывающие движения) Стыд и срам
(поглаживающие движения)

- Посмотрите солнышко улыбается, радуется, за вас, потому что, вы нашли, куда спрятали наше здоровье, данное нам богами.

Давайте вспомним, как же называются лучики здоровья (ответы детей).

- А сейчас возьмите по лучику солнца и скажите, что кому больше всего запомнилось и понравилось.

- И мне очень понравилось, как вы сегодня работали, молодцы! Всем спасибо.

Приложение 9

Конспект занятия по изо-деятельности для детей младшей группы «МЯЧИК»

ЗАДАЧИ:

- вызвать у детей желание повторить стихотворение, приговаривая окончания слов и повторяя отдельные слова;
- продолжать учить узнавать и называть основные цвета (желтый, красный, синий, зеленый), форму предмета (круглый).
- упражнять в рисовании пальчиковой живописью;
- развивать воображение, воспитывать любовь к игрушкам.

СЛОВАРНАЯ РАБОТА:

- красный, желтый, синий, зеленый;
- круглый.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА:

- рассматривание и беседа по тематическому альбому «Игрушки»;
- заучивание наизусть стихотворения А. Барто «Мячик»;
- разучивание подвижной игры «Мой веселый звонкий мяч».

МАТЕРИАЛ:

- кукла, «фотография» мячика;
- шаблон мяча на каждого ребенка;
- краска гуашь основных цветов, влажные салфетки.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Сюрпризный момент: воспитатель вносит «плачущую» куклу.

Воспитатель. Кто к нам пришел? (кукла). Давайте поздороваемся с куклой.

Дети здороваются с куклой. Кукла «здоровается» и «говорит», что ее зовут Таня.

Воспитатель. Танечка, а почему ты плачешь? Давайте спросим: «Таня, почему плачешь?». (Уронила в речку мячик). Давайте скажем:

«Тише, Танечка, не плачь,

Не утонет в речке мяч».

Повтор с детьми 2-3 раза стихотворения А.Барто «Мячик».

Воспитатель. Вот видишь Танечка, не надо плакать, не утонет твой мячик. Лучше скажи, может у тебя есть фотография мячика? (Да есть). Покажи деткам, какой у тебя мячик.

Идет рассматривание «фотографии» мячика, в процессе которого педагог обращает внимание детей на форму мяча: похож на солнышко, кружочек, т.е. мяч – круглый. Некоторое время уделяется рассматриванию основных цветов на «фотографии» мяча. Воспитатель выслушивает хоровые и индивидуальные ответы. Делает общий вывод: «У Тани круглый синий мяч, с полосками желтого и красного цветов».

Воспитатель. Ну, вот, Танечка, теперь ты знаешь какой у тебя мячик. А почему ты опять загрустила? (Хочу поиграть с мячиком). Не грусти, сейчас наши детки превратятся в мячики и ты с ними поиграешь.

Проводится подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».

Мой веселый звонкий мяч, (дети прыгают на месте)

Ты куда пустился вскачь?

Красный, желтый, голубой, (бегут по кругу)

Не угнаться за тобой.

Игра проводится 2-3 раза.

Воспитатель. Таня, теперь тебе весело? (Мне весело, а у моих подружек, нет таких замечательных мячиков). Это не беда. Наши дети тебе сейчас помогут, они подарят тебе красивые мячи, а ты передашь своим подружкам. Дети поможем Тане? (да). Тогда пойдем и подарим мячи.

Дети с воспитателем подходят к столам, на которых лежат шаблоны мяча с нарисованной полосой посередине.

Воспитатель. Но что же с ними случилось? Были такие разноцветные мячики, а осталась от них одна красивая полоска. Давайте спросим: «Что случилось?». Я догадалась, пока мы играли, пришла злая волшебница и заколдовала наши мячики. Что же делать? Давайте спросим: «Что же делать?». Вы слышите, Таня, нам подсказывает, что надо взять краски и кисточки и разукрасить наши мячики. А, кисточек тоже нет. Но мы с вами уже умеем превращать наш пальчик в кисточку. Колдуем: «1,2,3 – пальчик рисуй!».

Воспитатель показывает прием рисования в технике пальчиковой живописи. Акцентирует внимание на том, что краску надо набирать только на кончик пальчика, когда краска заканчивается, нужно ее еще раз набрать, также говорит о том, что рисовать нужно внутри мячика, только аккуратно: одной рукой придерживать шаблон мяча, а другой рисовать.

Воспитатель. А теперь все приготовили свои пальчики и колдуем: «1,2,3 – пальчик рисуй!». Краску на пальчик набираем совсем немного. Одной рукой держим мячик, а другой рисуем внутри мячика.

Во время самостоятельной работы детей воспитатель помогает методом «рука в руку», если у ребенка не получается набрать краску на пальчик или же ребенок забыл, что нужно набрать краску, после того как она закончится, кому-то помогает «рисовать» пальчиком, если ребенок не уверен в своих силах.

По окончании работы, дети зовут куклу и показывают свои работы. Кукла благодарит за хорошую работу и обещает передать все мячики своим подружкам.

Приложение 10

Тема: "Витаминки в баночке"

Программное содержание:

1. Продолжать воспитывать у детей отзывчивость, желание прийти на помощь.
2. Развивать мелкую моторику рук. Закреплять навыки лепки: отщипывать маленькие кусочки пластилина, скатывать между ладонями или пальчиком на дощечке
3. Складывать комочки на силуэт баночки начиная снизу рядом друг с другом.
4. Закреплять знания основных цветов.

Демонстрационный материал: игрушка Витаминка, карточка с силуэтом баночки для витаминок, пластилин, дощечка для лепки.

Раздаточный материал: карточки на каждого ребенка с силуэтом баночки для витаминок, пластилин основных цветов, дощечка для лепки.

Предварительная работа: Лепка круглой формы, рассматривание шариков разных размеров, дидактическая игра "Какой формы", игры с шариками, лепка на тему "Бусинки".

Словарная работа: витамин, баночка, лекарство, желтый, красный, синий, зеленый, круглый.

Ход занятия.

Педагог здоровается с малышами и обращает внимание детей на игрушку Витаминку в руках: - Посмотрите, кого я сегодня встретила. Это девочка Витаминка, поздоровайтесь с ней. Я ее встретила по дороге в детский сад, она была такая грустная, все время кого-то искала. Давайте ее спросим, кого же Витаминка искала (дети спрашивают).

Витаминка здоровается с ребятами и рассказывает: - Живу я вместе со своими друзьями в одной баночке. Как-то раз захотелось нам поиграть, мы открыли баночку и ... все разбежались. А теперь я не могу собрать своих друзей Витминок.

Педагог: - Не грусти, Витаминка, ребята тебе помогут собрать твоих друзей. Давайте посадим Витаминку на стульчик, так, чтоб ей было видно, что мы будем делать (педагог сажает игрушку). А мы с вами посмотрим, как мы можем помочь Витаминке. Кто скажет, какой формы Витаминка? Какого цвета? (дети отвечают).

А у нас с вами какого цвета пластилин? А как скатать круглый шарик? (дети показывают и рассказывают вместе с педагогом). А как скатать маленький шарик?

Педагог напоминает детям приемы лепки: отщипывает маленький кусочек пластилина, скатывает пальчиками на дощечке или на ладони. Обращает внимание детей на лист бумаги с силуэтом баночки: складывать витаминки мы будем в баночку, начиная с низу располагая рядом друг с другом.

Педагог: - Витаминка помогает быть здоровым. А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить свое здоровье. А что мы с вами делаем в детском саду, чтобы быть здоровыми и не болеть?

Дети: - Делаем гимнастику, хорошо питаемся, пьем молоко, кефир, выходим на прогулку.

Педагог: - А чтобы у нас было больше сил, нужно нам с вами сделать **физкультминутку:**

Рано утром на зарядку
Друг за другом мы идем
И все дружно по порядку
Упражнения начнем.
Раз – подняться, потянуться
Два – согнуться, разогнуться,
Три – в ладоши три хлопка,
Головою три кивка.
На четыре руки шире,
Пять – руками помахать,
Шесть – на место тихо сесть.

Дети садятся за столы и начинают скатывать витаминки и складывать в баночки. Во время работы педагог помогает малышам, показывает прием скатывания, отщипывания. По окончании работы вместе с игрушкой Витаминкой рассматривает работы детей, благодарит, хвалит.

Раздается стук в дверь, приходит **медсестра** и спрашивает у детей: - Ребята, вы случайно не видели такую маленькую круглую девочку, зовут ее Витаминка, я ее потеряла.

Дети показывают на игрушку и рассказывают, как они помогли Витаминке собрать ее друзей.

Медсестра забирает игрушку Витаминку с собой, прощается с ребятами и оставляет в подарок баночку с витаминками, желает им никогда не болеть и кушать витамины.