

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №81 «Мальвина»

Сценарий «Дня здоровья»

Во второй младшей группе

Подготовила: Фомина А.Г.,
воспитатель

Прием детей.

Психогимнастика «Поделись своей улыбкой»

Рано утром детский сад всех ребят встречает, там игрушки ждут ребят, в уголках скучают. Ты по-доброму, очень весело улыбнись, с тем, кто хмурится своей радостью поделись! И в ладоши мы звонко хлопаем – раз, два, три, мыльные, разноцветные пускаем мы пузыри.

Дети вместе с воспитателем пускают мыльные пузыри Мероприятия:

Ход работы:

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

Задачи:

- 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 морковь. Молодцы! Пожалуйста, хлопните в ладоши те малыши, которые любят лимон. Молодцы! Пожалуйста, топните ножкой те, кто любит 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!

Пальчиковая игра «Пирожки».

Раз, два, три, четыре

Ловко тесто замесили. Сжимают и разжимают пальцы. Раскатали мы кружки. Трут круговыми движениями

И слепили пирожки, ладони друг о друга.

Пирожки с начинкой: Поочередно хлопают одной

Сладкою малинкой, ладонью сверху по другой.

Морковкой и капустой,

Очень-очень вкусной.

Из печи достали,

Угощать всех стали.

Пахнет в доме пирогами. Показывают ладошки.

Вот и гости. Все с цветами. Протягивают обе руки вперед,

— Будь красива, наша козочка! — разведя их чуть в стороны. Протянули гуси розочки.

Массаж рук «Строим дом»

Целый день тук да тук, Похлопывают ладонью правой руки по левой руке от кисти к плечу.

Раздается звонкий стук. Похлопывают по правой руке.

Молоточки стучат, Поколачивают по правым

Строим домик для зайчат. кулачком по левой руке от кисти к плечу.

Молоточки стучат,

Строим домик для бельчат.

Этот дом для белочек, Растирают правым

кулаком левую руку круговыми движениями.

Этот дом для зайчиков, Растирают правую руку.

Этот дом для девочек, Быстро «пробегают» пальчиками правой руки по левой от кисти к плечу.

Этот дом для мальчиков. «Пробегают» по правой руке.

Вот какой хороший дом, Поглаживают ладонью левую руку от кисти к плечу.

Как мы славно заживем, Поглаживают ладонью правую руку.

Будем песни распевать, «Тарелочки» Веселиться и плясать. (скользящие хлопки ладоней друг о друга).

Беседа «С утра до вечера».

Программное содержание:

Познакомить детей с распорядком дня. Показать важность соблюдения режима в укреплении здоровья каждого человека;

Закрепить понятие о значимости режима дня;

Воспитать желания придерживаться правил по его выполнению.

Развивать память и мышление, умение рассуждать, делать умозаключения.

Методические приемы: Беседа, вопросы к детям, объяснение, дидактическая игра «Разложи по порядку», игровой момент, рассказ воспитателя.

Материал: иллюстративный материал с изображением детей, занятых различными видами деятельности в течение дня.

Словарная работа: Познакомить детей со словосочетаниями: режим дня, распорядок дня.

Утром предложить детям.

Игры малой и средней подвижности: «Мышки в кладовой », «По ровненькой дорожке », «Весёлый стульчик» «Клубок».

Цель: создание бодрого радостного настроения. Вызвать интерес к совместным играм, воспитание доброжелательных отношений детей друг к другу.

Индивидуальная работа с детьми: метание (мешочков с песком) в горизонтальную цель (обруч).

Цель: развитие мышц, глазомера и двигательной активности.

Игра-имитация «Мы – чистюли»

Дети с помощью движений имитируют, как правильно приводить себя в порядок – купаются, вытираются полотенцем, чистят зубы, расчёсываются и т.д.

Утренняя гимнастика.

(По плану инструктора по физической культуре)

Физкультурное развлечение : « В гости к Мишке»

Прогулка.

Подвижные игры.

«Найди и промолчи»

Все дети стоят лицом к стене. В это время воспитатель кладет на видное место маленький предмет. По команде «найди предмет» все дети начинают его искать. Тот, кто заметит предмет, подходит к воспитателю и тихо ему сообщает об этом. И так до тех пор, пока все дети не найдут предмет. Проигрывает тот, кто нашел последним, а нашедший первым становится ведущим. «Автомобили»

Воспитатель раздает детям рули, и они изображают автомобили. По сигналу воспитателя: «**Автомобили!**» дети передвигаются в разных направлениях и с разной скоростью. Если поднят зеленый флажок, то автомобили передвигаются, если красный – надо остановиться в том месте, где их застала команда. Подавать команду к остановке следует в ходьбе, а не в беге.

Индивидуальная работа по физическому развитию.

«С кочки на кочку» — продолжать учить детей прыгать с кочки на кочку, развивать мышцы ног и двигательную активность.

Игра «Делай как я!»

Задачи:

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

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

Цель:

Воспитание у детей умение слушать новые стихи, следить за развитием сюжета в произведении.

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.

Гимнастика после сна.

Мостики получились. «Поднимайся, детвора» ну, теперь вставать пора,

Поднимайся, детвора! Поднимайся детвора!

Завершился тихий час, все по полу босиком,

Свет дневной встречает нас. А портом легко бегом.

Мы проснулись, потянулись, сделай вдох и поднимайся,

Вправо, влево повернулись. На носочки поднимись.

Приподняли мы головку опускайся, выдыхай

Кулачки сжимаем ловко и еще раз повторяй

Ножки начали плясать, стопу разминай,

Не желаем больше спать ходьбу выполняй.

Обопремся мы на ножки, вот теперь совсем проснулись

Приподнимемся немножко. И к делам своим вернулись!

Выставка детских работ «Витамины для ребят»

Цель: закрепление умения рисовать предметы округлой формы, используя разнообразную цветовую гамму, развитие эстетического восприятия цвета, воспитание аккуратности.

Сюжетно-ролевая игра «Больница»

Цель: продолжать учить детей развивать многоперсонажные сюжеты, поощрять к импровизации, смене и совмещению ролей, стимулировать детей к использованию предметов заместителей, воспитывать дружеские взаимоотношения.

Художественная литература

Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.

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.

Самостоятельные игры детей.

Предложить детям кольцеброс, кегли

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

Родителям

Практические рекомендации для родителей:

«Игры и упражнения на радость вашим детям»

«Как учить ребёнка дышать»

«Научите ребёнка дышать»