

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад общеразвивающего вида №16 "Нэфсэт"

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ» В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Воспитатель:

Турк Зарема Дзепшевна

Пгт. Энем

Воспитатель: Доброе утро, ребята! Сегодня у нас с вами очень важный день, день здоровья! А что

это такое, нам сейчас расскажет наш гость. Здравствуй, Зайчик, познакомься с нашими ребятками!

Зайчик: Здравствуйте, ребята! Я очень хочу с вами познакомиться и подружиться. Но, посмотрите,

перед вами полоса препятствий и вам нужно ее преодолеть, чтобы мы с вами встретились!

Игра «Дойди до зайчика» - полоса препятствий совместно с воспитателем.

(подлезть в обруч, пройти между предметами, пропрыгать на двух ногах)

Зайчик: какие вы молодцы, справились! Я очень хочу поиграть с вами.

Психогимнастика: «Поделись своей улыбкой».

Рано утром детский сад

Всех ребят встречает,

Там игрушки ждут ребят,

В уголках скучают.

Ты по-доброму, дружок

Другу улыбнись,

С тем, кто хмурится сейчас

Улыбкой поделись!

Мы звонко хлопаем – раз, два, три,

Мыльные, разноцветные пускаем мы пузыри.

(Дети вместе с воспитателем пускают мыльные пузыри)

Зайчик: Ребята. Можете ли вы мне рассказать, как надо с утра умываться?

Воспитатель: Зайчик, мы с ребятами тебя сейчас всему научим.

Игра-имитация «Мы – чистюли».

Дети с помощью движений имитируют, как правильно приводить себя в порядок – купаются,

вытираются полотенцем, чистят зубы, расчёсываются и т. Д.

Зайчик: Молодцы, а я тоже могу научит вас делать утреннюю зарядку.
Повторяйте все за мной!

Утренняя гимнастика под музыку.

Зайчик: Что ребята вы знаете о витаминах?

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

— 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 их покупают?

Зайчик: А вы знаете, что витамины не только продаются в аптеке в красивой упаковке, но и

содержатся в продуктах, которые мы едим. (Зайчик 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!

Зайчик:

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!

Зайчик: Вы, наверное, устали, давайте немного отдохнем и поиграем!

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, Показывают ладошки

Угощать всех стали. Протягивают руки вперед.

Зайчик: Ой, какие вы молодцы!

Воспитатель: Да, зайка, детки наши такие ловкие, смелые.

Зайчик: Как у вас тут весело и хорошо, а у меня в лесу холодно очень.

Воспитатель: А ты чаще бегай и прыгай, а мы тебя научим, что бы ты не мерз и зверей всех в лесу

научил этому.

Физминутка «Скок-поскок»

Скок-поскок, скок-поскок,

Зайка прыгнул на пенек

(прыжки на двух ногах на месте)

В барабан он громко бьет

(ходьба на месте)

В чехарду играть зовет.

(хлопки руками)

Зайцу холодно сидеть

(присед, руки на пояс)

Надо лапочки погреть.

(хлопки руками)

Лапки вверх, лапки вниз

(руки вверх, вниз)

На носочках подтянись.

(руки вверх, подтянуться на носках)

Ставим лапки на бочок,

(руки на пояс)

На носочках скок-поскок.

(прыжки на носках)

А теперь в присядку,
(приседания, руки на поясе)

Чтоб не мерзли лапки.

(топать ногами)

Зайчик: Спасибо, вам, ребятки, что поиграли со мной, а я вам гостинце принес из леса. (Угощает)

Ну а мне пора в лес, до свидания! (уходит)

Воспитатель: Спасибо, Зайчик, мы многое сегодня узнали. И обязательно будем делать зарядку.

Заниматься подвижными играми и кушать полезную еду!

Ребятки, предлагаю вам посмотреть очень интересный и познавательный мультфильм.

Просмотр мультипликационного фильма: «МОЙДОДЫР»



