Конспект занятия «День здоровья во второй младшей группе детского сада»

Цель: Воспитывать у детей привычку к **здоровому образу жизни**. Закрепить понятие о гигиене и чистоте..

Задачи:

1) сформировать представление о правильном питании

2) развивать любознательность, внимательность, координацию движений;

3) развивать стремление вести **здоровый образ жизни**

Предварительная работа: беседа о **здоровой пище**; Д/и *«Что растёт у нас в саду?»* создание условий для сюжетно-ролевых игр *«Магазин»*, разучивание физ. минутки *«Садовник»*.

Оборудование: муляжи овощей и фруктов, игрушка заяц, набор доктора.

Ход занятия:

Воспитатель: Сегодня у нас всемирный **день здоровья**.  ребята, смотрите к нам почтальон принес письмо. как вы думаете от кого оно может быть ?

Письмо: «Здравствуйте, ребята! Пишет вам зайчик Антошка. Я уже очень давно хочу побывать у вас в детском саду, но очень болею, то насморк муячает то горло болит, Что же мне делать?

Дети: Нужно отправится в гости к Зайченку!

Воспитатель: А где живет наш Антошка?

Дети: Зайцы живут в лесу!

Воспитатель: Правильно! И мы сейчас с вами отправляемся в лес.

Игровая гимнастика.

Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,

Руки тоже помогали, все махали да махали.

Остановка. Сели. Встали. Снова дружно зашагали.

Хлынул ливень, грянул гром. Мы на цыпочках идем.

Отряхнули руки, ноги, не устали мы с дороги.

Превратились дети в мишек

Прогуляться мишки вышли,

Бурые, мохнатые, мишки косолапые.

Превратились в петушков,

Ножки поднимаем

песню распеваем

*«Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку»*, -

Превратились все в лошадок,

и теперь спешим, спешим,

на лошадках, на лошадках,

Резво скачут малыши.

Побежали наши ножки,

Побежали по дорожке,

И пока мы не устанем,

Мы бежать не перестанем

У воспитателя в руках появляется зайчонок Антошка.

Антошка: Здравствуйте ребята! *(тяжело вздыхает)*

Воспитатель: Здравствуй Антошка! Почему ты так тяжело вздыхаешь , что у тебя случилось?

Антошка: Что- то я себя очень плохо чувствую! Горло болит насморк, температура!

Воспитатель: Ну как давай потрогаем твой лоб! Он горячий. Похоже, ты и правда заболел. Ребята, что нужно делать, когда кто то болеет?

Дети: Вызвать врача.

Воспитатель : Правильно. Сейчас мы наберем номер и вызовем врача.

Появляется врач( в роли врача ребёнок)

 Врач: Здравствуйте! Кто больной?

Дети: Зайчонок!

Врач: Сейчас проведём осмотр больного.. Для начала, давай ка померяем тебе температуру. Ребята, чем можно померить температуру тела?

Дети: Градусник.

Врач: Температура 37, 8. Это конечно плохо. Теперь послушаем твое дыхание и сердце. Инструмент, которым слушают легкие врачи, называется "Фонендоскоп " либо " Стетоскоп". Дыхание ровное Я кажется, знаю как тебе помочь. У меня есть волшебные витамины, которые помогут тебе быстро поправится.

Врач достает коробочку от витамин и дает оду таблетку Антошке.

Врач: как вы думаете, можно ли без взрослых принимать лекарства, даже если они походи на те вкусные витаминки, которые давала вам мама? Правильно, нельзя. Это может быть очень опасно!

Врач: Дети, а как называется ящик для хранения лекарств?

Дети: Аптечка.

Врач: Там хранятся все необходимы лекарства, для того что бы вы быстрее поправлялись.

Ну, как ты себя чувствуешь,антошка ?

Антошка: Замечательно!

Врач: Дорогие ребята! Согласитесь, приятно чувствовать себя **здоровым и бодрым**, веселым! *«В****здоровом теле – здоровый дух****»*. Давай те вместе подумаем, что помогает человеку быть **здоровым**. Правильно! Прохладная чистая вода, которой мы умываемся. Обтираемся или обливаемся по утрам. Она закаляет наш организм, прогоняет сон, делает нашу кожу чистой. Смывает с кожи пот и даже вредных микробов.

**Второй** наш друг – утренняя зарядка вы её делаете каждое утро вместе с воспитателем в детском саду.. Как вы думаете что еще помогает нам? Солнечные лучи и свежий воздух. Особенно полезен воздух в еловых, сосновых лесах. Чтобы быть **здоровым** нужно мыть руки с мылом, чистить зубы, умываться,.**–**

Антошка: Правильно.

Воспитатель: Посмотрите! У нас есть корзинки в них лежат витамины, а что это за витамины, вы сейчас поймете. Я буду загадывать вам загадки, а тот, кто сует отгадать мою загадку, найдет тот овощ или фрукт, который был загадан.

Загадки.

Что за скрип? Что за хруст?

Это что ещё за куст?

Как же быть без хруста,

Если я …

*(- капуста -)*

Корешок оранжевый под землей сидит,

Кладезь витаминов он в себе хранит,

Помогает деткам **здоровее стать**,

Что это за овощ, можете сказать?

*(- морковь -)*

Сидит дед во сто шуб одет,

Кто его раздевает,

Тот слезы проливает.

*(- лук -)*

Любят есть его мартышки.

Родом он из жарких стран.

Высоко растет. *(банан)*

Кто там спрятал под листок

Свой румяный крепкий бок?

Под листы-панамочки

Прячутся в зной. *(яблочки)*

Врач: вот какие вы молодцы! Все знаете. А ели кушать каждый **день овощи и фрукты**, то вы помогаете своему организму и значит будете всегда **здоровы**!

Воспитатель: Антошка, а кушаешь овощи или фрукты?

Антошка; Да, я очень люблю моровку и капусту.

Воспитатель: Ну раз, ты Антошка теперь здоров, тогда в следующий раз приходи к нам в гости в **детский сад**. И береги свое **здоровье**! А нам пора возвращается в **детский сад**. Дети давайте скажем нашему доктору спасибо и досвидание.