«День здоровья» в первой младшей группе

**Утро:** Приём детей. Мячик-попрыгунчик веселит детей.

Цель: Поднять детям настроение; развивать ловкость; учить ловить мяч.



**Элемент психогимнастики. Уговорушка:**

Все игрушки тебя ждут

Веселятся детки тут,

Проходи и поиграй

Мяч весёлый покатай.

**Утренняя гимнастика:**

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба в произвольном направлении; легкий бег; ходьба на месте; повернуться к взрослому; подойти к стульчику.

**1. *«ЧАСИКИ»***

И. п.: стоя около стульчика, ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.

Выполнение: раскачивание рук вперед-назад *«тик-так»*

Повторить: 4 раза.

**2. *«ОКОШКО»***

И. п.: сидя на стульчике, ноги параллельно, руки на коленях.

Выполнение: наклон вперед, руки немного согнуть в локтях; повороты головой вправо-влево — *«смотрим в окошко»*; выпрямиться.

Повторить: 4-5 раз.

**3. *«МЯЧИК»***

И. п.: произвольное.

Выполнение: подскоки на месте.

Повторить: 6-8 раз, чередуя с ходьбой.

**Индивидуальная работа по развитию речи *«Помощники»***

Цель: привлекать детей к проговариванию и договариванию; закреплять знания детей о частях тела, о их значении.

**Выполнение упражнения: *«Части тела»***

**Подвижная игра *«Солнышко и дождик»***

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их действовать по сигналу воспитателя.

**Подвижные игры *«Мыльные пузыри», «Паровозик» и др.*** ******

Пока дети играли, незаметно появилась чумазая кукла, которая жалуется, что у неё всё тело чешиться. Воспитатель с детьми ведут беседу, что надо делать, чтобы тело не чесалось.

**Беседа о КГН.**

Все вместе отправились в туалетную комнату и умыли куклу. 

Кукла теперь чистая и воспитатель предлагает по танцевать под музыку из мультфильма *«Маша и Медведь»*. *«Если дети утром умываются.»*

Пока дети танцевали кукла начала чихать.

Беседа о полезных овощах и фруктах, чтобы укреплять свой организм.

**Беседа о витаминах.**

****

Вся беседа сопровождается показом картинок и показом муляжей фруктов и овощей.

В конце воспитатель угощает детей витамином С.

Детская дискотека. Танцы как средство **здорового образа жизни**.

**«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»**

**В ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ**



**ВОСПИТАТЕЛЬ: АКБЕРОВА М.**

**ДЕРБЕНТ – 2019 Г.**