***Дни здоровья в младшей группе***

***«Солнечные лучики»***

***подготовил: Мухаметжанов Ф.Б.***

***«Витамины радости»***

**Цель:**  формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи**:

*Образовательные*: познакомить с понятиями «витамины» и продуктами, в которых они находятся. Рассказать о значении витаминов для здоровья и хорошего настроения, обобщить и закрепить понятия  «овощи» и «фрукты».

*Развивающые:* формировать у детей осознанное отношение к своей жизни,

своему здоровью.

*Воспитательные*: побуждать детей употреблять в пищу всё то, что полезно

для здоровья.

**Предварительная работа**: беседа о здоровой пище и вреде газированных напитков, чипсов; чтение стихотворения Ю. Кушака «Приятного аппетита»;

загадки об овощах и фруктах; д/и «Что растёт у нас в саду?»; создание условий  для сюжетно - ролевых игр «Магазин »;

разучивание физкультминутки «Мы капусту рубим».

**Материал к развлечению**: кукла «Клоун», картинки с изображением  фруктов и овощей, муляжи овощей и фруктов, материалы для лепки: пластилин, салфетки, заготовка «Баночка для витаминов» на каждого ребенка.

**Методы и приёмы** :

*Наглядный* : рассматривание муляжей овощей, плакатов «Овощи», «Фрукты».

*Словесный*: художественное слово, вопросы, рассказ  воспитателя,

объяснения, хоровые и индивидуальные  ответы детей.

*Практический*: пальчиковая игра «Мы капусту рубим», дидактические игры.

*Словарная работа*: витамины, овощи, фрукты.

**Ход развлечения**

*Воспитатель вносит куклу «Клоун»*

**Клоун**: Здравствуйте, ребята. Меня зовут Клоун Морошка. Слово

«здравствуйте» означает, что я желаю вам здоровья и хочу,

чтобы вы тоже поздоровались друг с другом, улыбнулись, и я думаю,

ваше настроение улучшится.

*Психогимнастика «Здравствуй!»*

По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем.

Здравствуй, солнце! Здравствуй, речка!

Здравствуй, белая овечка!

Здравствуй, козлик! Здравствуй, кот,

Тот, что моет лапкой рот!

По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем.

Здравствуй, белка! Здравствуй, стриж!

Здравствуй, заинька-малыш!

Здравствуйте, мои друзья!

Очень рад всех видеть я!

**Клоун:**А теперь, ребята, когда у вас поднялось настроение,

я хочу сообщить вам, что сегодня в нашей группе будет проходить праздник - День здоровья. Знаете, что такое здоровье? (ответы детей). Это когда ты не болеешь, здоровый, сильный, когда у тебя

хорошее настроение, тебе хочется бегать, прыгать и веселиться.

Сегодня я открою вам секрет, как сохранить свое здоровье,

никогда не болеть и всегда иметь хорошее настроение. Мы отправимся с вами в путешествие  в волшебную страну «Витамины». Знаете, ребята, кто в ней живет? В этой стране живут самые полезные, вкусные – фрукты и овощи.   Как вы думаете, на чем можно добраться до страны «Витаминов»? (ответы детей). Мы отправимся на транспортном средстве, которое едет по

рельсам, что это? Правильно, поезд, паровоз.

  Давайте все дружно встанем в круг, дернем за рычаг гудка и поедем! (дети шагают по кругу).

*Загудел паровоз.*

*И вагончики повез.*

*Чох-чох, чу-чу!*

*Далеко я укачу!*

**Воспитатель:**  Ну, вот ребята, мы в стране «Витамины». Витамины – это очень маленькие вещества, настолько маленькие, что мы их видеть не

можем, но в маленьких витаминах содержится большая сила и здоровье. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины делают наш организм крепким и здоровым. Они бывают в таблетках, разного цвета и формы. Но витамины

бывают не только в таблетках, они еще растут на грядках, они растут на ветках.

Много витаминов содержится в ягодах, фруктах и овощах, зелени.

**Воспитатель**: Давайте вспомним с вами, и расскажем клоуну, какие овощи мы знаем? Сейчас я загадаю вам веселые загадки с грядки. (Каждый ответ воспитатель сопровождает показом картинки с изображением овощей).

*Загадки с грядки*

Листья собраны в кочан

В огороде у сельчан.

Без нее во щах не густо.

Как зовут ее? (Капуста)

Под землей живут семейки,

Поливаем их из лейки.

И Полину, и Антошку

Позовем копать... (картошку)

Он на грядке вырастает,

Никого не обижает.

Ну, а плачут все вокруг,

Потому что чистят... (лук)

Голова, а сверху ус.

Нет, не сладок он на вкус.

Прибежали со всех ног

Мы к обеду рвать... (чеснок)

На арбуз похожая —

Тоже толстокожая.

К платью желтому привыкла,

Греется на солнце... (тыква)

Этот овощ тыкве брат —

Тоже с виду толстоват.

Лег под листик на бочок

Между грядок... (кабачок)

 Эти крепкие ребятки

В листьях прячутся на грядке.

Лежебоки-близнецы

Зеленеют... (огурцы)

Он в теплице летом жил,

С жарким солнышком дружил.

С ним веселье и задор

Его зовут все…(помидор)

(Воспитатель ставит  на стол муляжи овощей).

**Воспитатель**: Как, одним словом, назвать все эти продукты?

**Дети**: Овощи.

**Воспитатель**: Правильно! А как вы думаете, где еще, кроме овощей

есть витамины? В фруктах!Верно! А сейчас мы поиграем в игру

*«Что растет у нас в саду?»,*

вы будете доставать из волшебного мешочка фрукты и овощи, и говорить их название. (Проходит игра).

**Воспитатель:**Овощи и фрукты можно заготовить, засолить или засахарить, и тогда у нас всю зиму будут витамины.

*Пальчиковая гимнастика «Мы капусту рубим»*

**Воспитатель:**Вы большие молодцы, заготовили много овощей и фруктов. Давайте подарим все эти витамины Клоуну Морошке.

**Клоун:**Спасибо вам большое. Только как я все эти витамины смогу забрать?

**Воспитатель:**Ученые придумали, как пользу овощей и фруктов спрятать в маленьких таблеточках, которые называются - витамины. Мы с ребятами подойдем к столам, и с помощью пластилина заполним баночки цветными горошинами – витаминами.

*Лепка «Витамины»*

У ребяток в баночках

Яркие горошины.

Это витамины

Для клоуна Морошки.

**Клоун:**Спасибо, ребята. Сегодня мы с вами узнали, что такое витамины, где они живут, и как они помогают ребятам сохранить здоровье. Я тоже приготовил для вас подарки. Поощрение участников (вручение картинок-раскрасок с изображением овощей и фруктов).

До свидания. Мне у вас понравилось. Можно я приду к вам в гости еще раз?