**День здоровья в младшей группе**

**«Солнечные лучики»**

**подготовил: Мухаметжанов Ф.Б.**

**Цель:** формировать представления детей дошкольного возраста о **здоровье** как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Задачи:**

• Закрепить знания детей о понятии *«****здоровье****»*;

• Развивать физические качества, самостоятельную двигательную активность;

• Воспитывать желание заботиться о своем **здоровье**.

**Утро**

Прием детей. Вход в **группу по тропинке***«****Здоровье****»*.

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!

**Пальчиковая гимнастика** *«Моя семья»*

Цель: развивать мелкую моторику рук.

Мало-подвижная игра *«Найди свой домик по цвету»(с обручами)*

Цель: закрепить название цвета: красный, жёлтый, зелёный; развивать двигательную активность детей.

Беседа на тему: *«Что такое****здоровье и как его сберечь****?»*

Цель: закрепить знания детей о том, как надо сохранять **здоровье**, укреплять его; развивать диалогическую речь

Утренняя гимнастика. *«Мы спортсмены»*

Завтрак.

Цель: формировать у детей осознанное отношение детей к сохранению собственного **здоровья**, интерес к повседневным гигиеническим процедурам, развивать речь.

**День**.

Игровое упражнение *«Мы становимся всё выше»*

Цель: укреплять мышечный корсет позвоночника и мышцы нижних конечностей. *(ходьба на носочках с поднятыми вверх прямыми руками)*

Мы становимся всё выше

Достаём руками крышу.

На носочки поднимись

И  макушечкой  тянись!

Солнце в небе высоко,

Дотянуться нелегко,

С каждым шагом

Выше, выше …

Дотянулись мы до крыши!

**Занятие – рисование на тему:** *«Ходит солнышко по небу»*

Цель: Учить детей передавать в рисунке образ солнышка, сочетая округлую форму с прямыми и изогнутыми линиями. Закрепить умение отжимать лишнюю краску о край розетки. Учить дополнить рисунок изображениями, соответствующими теме. Развивать самостоятельность, творчество дошкольников ,поддерживать радостное настроение.

**Прогулка.**

Наблюдение за солнцем – уточнить знания детей о влиянии солнца на жизнь растений, животных, людей; развивать наблюдательность, любознательность.

Ярко солнце светит,

В воздухе тепло,

И, куда ни глянешь,

Все кругом светло.

Игры малой и средней подвижности: *«Солнышко и дождик»*, *«По ровненькой дорожке»*, *«Клубок»*.

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

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

Подвижная игра *«Поймай мяч»*

Цель: развивать ловкость, координацию движений, внимание, сосредоточенность.

Сюжетно – ролевая игра *«Как мы лечили зайку»*

Цель: развивать игровой диалог, игровое взаимодействие; воспитывать дружеские отношения друг к другу.

Трудовое воспитание – уборка территории.

Цель: учить детей трудиться в коллективе.

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

Игра-имитация *«Мы – чистюли»*

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

Обед. Чтение перед сном К. Чуковский *«Мойдодыр»* - учить внимательно слушать сказку.

Вечер.

Подъём. Гимнастика после сна.

*«Поднимайся, детвора»*

Ну, теперь вставать пора,

Поднимайся, детвора!

Завершился тихий час, все по полу босиком,

Свет дневной встречает нас.

А потом 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!

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**.

Пальчиковая игра *«Сорока- сорока»*.

Сорока- сорока,

Кашу варила,

Деток кормила.

(круговые движения пальчика по ладошке )

Этому дала, этому дала,

Этому дала, этому дала,

А этому не дала.  (массаж пальчиков )

Ты воды не носил ,

Дров не рубил,

Каши не варил-

Тебе нет ничего.

Просмотр мультфильма « Богатырская каша»

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

Игровые упражнения на прогулке – бег между деревьями, метание в цель; подпрыгивание до ветки дерева; перешагивание через веточки, скакалку .

Цель: развивать координацию движений.

Самостоятельные игры детей.