

Муниципальное автономное дошкольное учреждение
детский сад № 51 г. Улан-Удэ комбинированного вида

Конспект развлечения
«Поезд здоровья»
в первой младшей группе

Инструктор по ФИЗО:
Ахмадулина Т.В.

г. Улан-Удэ, 2018 г

Цель:

Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни и рациональном питании;
Создать возможность стать эмоционально заинтересованным участником развлечения, получить удовольствие от праздника.

Задачи:

Образовательные:

- расширить кругозор в представлении о культурно – гигиенических навыках;
- рассказать о значении витаминов для организма;
- формировать коммуникативные навыки, умение отвечать на вопросы.
- формировать у детей интерес к здоровому образу жизни;

Развивающие:

- развивать зрительное и слуховое внимание, память, логическое мышление, речь, уверенность в себе

Воспитательные:

- способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы и сопереживания

Материалы и оборудование:

Муляжи фруктов и овощей, кукла, прищепки, платочки, тазы, музыкальное сопровождение конкурсов и подвижной игры.

Ход развлечения:

В группу вбегает Витаминка, знакомится с ребятами, которые сидят на стульчиках.

Витаминка: Здравствуйте, малыши, меня зовут Витаминка! Какие вы все красивые, румяные и веселые! А что вы делаете, чтобы быть здоровыми и весёлыми?

Дети дают свои ответы (Кушать фрукты и овощи, заниматься спортом, мыть руки, ходить к врачу)

Витаминка: Какие вы молодцы, всё знаете. Давайте прокатимся все вместе на поезде здоровья, чтобы проверить всё ли мы делаем правильно.

Дети: Да!

Дети встают на ножки друг за другом, руками имитируют движение колес поезда и поют песню «Едет, едет паровоз».

Витаминка: Ту-ту! **Станция «Мыльная»**. Ой, ребята, посмотрите какая чумазая кукла сидит на стульчике, почему она такая грязная?

Дети: Она не любит/не умеет мыть руки, у неё нет мыла и другие ответы.

Витаминка: А зачем мыть руки и когда это надо делать? А как это делать вы знаете? Давайте покажем кукле все вместе!

Пальчиковые игры «Надо, надо нам помыться», «Водичка, водичка».

Надо, надо нам помыться.

Где тут чистая водица?

Кран откроем ш – ш – ш,

Руки моем ш – ш – ш,

Руки, шею мы помоем и водицей
обольем.

Буль- буль- буль журчит водица,

Все ребята любят мыться.

Нос и щеки не забыли,

Не ленитесь вымыть руки

И вытереть все посуше.

"Водичка-водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки покраснели,

Чтоб смеялся роток

И кусался зубок".

Ребята, а чтобы быстро очистить лицо на улице, у вас в кармашке должен лежать
носовой платочек. Давайте протрем лицо куклы платочками.

Дети очищают лицо куклы.

Витаминка: Посмотрите какая чистая стала куколка, а вот наши платочки теперь нужно
постирать.

Эстафета с платочками и прищепками. На столике стоит таз, а напротив натянута
верёвка и лежат прищепки. Ребенок стирает платочек, отжимает его и вешает платок на
верёвку с помощью прищепок. Игра сопровождается музыкой из к/ф «Усатый нянь».

Витаминка: Какие молодцы, как всё быстро и чисто получилось! Слышите, наш поезд
скоро отправляется, поехали дальше!

Дети: да! Песня «Едет, едет паровоз».

Витаминка: А вот и станция спортивная. Чтобы быть здоровыми, надо делать зарядку и
заниматься спортом.

Физкультминутка

Эй, ребята подтянись,
Не зевай и не ленись,
На зарядку становись!

Раз, два, три, мы закружились,
В медвежат мы превратились.
Сейчас медвежатки сделают зарядку.

Потягивание:

Утром Мишенька проснулся

Мишка к солнцу потянулся.
Вот так, вот так,
Мишка к солнцу потянулся.

Повороты:

Медвежата в чаще жили
Головой своей крутили.
Вот так, вот так.
Головой своей крутили

Наклоны:

Медвежата мёд искали,
Дружно дерево качали,
Вот так, вот так,
Дружно дерево качали.
Приседание: Вперевалочку ходили,
И из речки воду пили.

Вот так, вот так
И из речки воду пили.

Прыжки:

Мишкам весело играть.
Мишкам хочется скакать.
Раз, два; раз, два,
Вот и кончилась игра.

Стоп! Закончилась зарядка.
Вдох и выдох для порядка.
Раз, два, три – мы закружились
И в ребяток превратились.

Витаминка: Ту-ту! Станция «Огородная». Что за станция такая, что растет на огороде?

Дети: Овощи!

Витаминка: Овощи, а почему я их не вижу?

Дети: Они прячутся в земле

Витаминка: Чтобы их найти надо отгадать загадки, готовы?

Дети: Да!

Витаминка: Слушайте внимательно

Он в теплице летом жил

С жарким солнышком дружил.

С ним веселье и задор

Его зовут все(помидор)

В огороде рос хрустящий

Наш зелёный молодец.

Этот овощ - настоящий

Длинный, вкусный(огурец)

Листья собраны в кочан

В огороде у сельчан.

Без неё во щах не густо

Как зовут её?. (капуста)

Под землёй живут семейки

Поливаем их из лейки.

И Полину и Антошку

Позовём копать.... (картошку)

Он на грядке вырастает

Никого не обижает.

Ну а плачут все вокруг

Потому что чистят... .(лук)

Сидит девица в темнице,

А коса на улице.... (морковка)

Витаминка: Ребята, а овощи полезные? Витамины в них есть?

Витаминка: Какие все молодцы, рассаживайтесь на стульчики, теперь нам нужно сварить витаминный суп. Пальчиковые игры «Мы капусту рубим», «Повар готовил обед».

Пальчиковая гимнастика «Капуста»

Мы капусту рубим,	Ритмичные удары ребром ладоней по столу.
Мы морковку трем,	Трут ладони друг об друга.
Мы капусту солим,	Указательный и средний палец трутся о большой.
Мы капусту жмем.	Хватательные движения обеими руками.
Мы капусту нарубили,	Ритмичные удары ребром ладоней по столу.
Перетерли,	Трут ладони друг об друга.
Посолили,	Указательный и средний палец трутся о большой.
И набили плотно в кадку	Удары обеими руками по столу.
Все теперь у нас в порядке.	Отряхивают руками.

Пальчиковая гимнастика «Повар»

Повар готовил обед, *Ребром ладони дети стучат по столу.*

А тут отключили свет.

Повар леща берет *Загибают пальцы на левой руке.*

И опускает в компот

Бросает в котел поленья,

В печку кладет варенье.

Мешает суп кочерыжкой,

Угли бьет поварешкой.

Сахар сыплет в бульон.

И очень доволен он! *Разводят руками.*

Витаминка: Все на борт! Поехали! «Едет, едет паровоз». Станция «Фруктовая». Ребята, вы любите фрукты?

Дети: Да!

Витаминка: А где же растут фрукты, тоже под землёй?

Дети: Нет, на деревьях.

Витаминка: Я смотрю - самые спелые фрукты уже спрыгнули с веток и хотят рассказать нам, кто же они! Давайте, ребята, я буду вам их показывать, а вы мне называть правильно.

Витаминка: Ой, какие аппетитные фрукты! Давайте-ка ещё компот сварим из фруктов!

Пальчиковая игра «Варим компот».

Будем мы варить компот

Фруктов нужно много. Вот.

(левую ладошку держать «ковшиком», а указательным пальцем правой руки мешать)

Будем яблоки крошить,

Груши будем мы рубить,

Отожмем лимонный сок,

Слив положим и песок.

(загибать пальцы по одному, начиная с большого)

Варим, варим мы компот

Угостим честной народ.

(правую ладошку держать «ковшиком», а указательным пальцем левой руки мешать)

Витаминка: Ребята, а как вы думаете, что нужно для того, чтобы овощи и фрукты хорошо росли? Конечно, для того чтобы собрать хороший урожай нужны солнышко и вода. Давайте поиграем в игру.

Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Витаминка: Я думаю, что для ребят

Нет приятнее занятия,

Чем в носу поковырять,

Всем ужасно интересно,

Что там спряталось внутри.

А кому смотреть противно,

Тот пускай и не глядит.

Воспитатель: Что-то, Витаминка, ты путаешь. Ребята, разве можно трогать нос и ковырять его?

Ответы детей.

Воспитатель: Каждый маленький ребенок знает, что в носу ковырять некрасиво и неприлично, можно поранить носик, и пойдет кровь. Наши дети знают, что это опасно для здоровья.

Воспитатель: Витаминка, я знаю еще один секрет здоровья, нужно делать только хорошее и не делать ничего плохого. Тогда будешь красив и здоров!

Витаминка: Вы ребята знаете, что такое хорошо и что такое плохо?

Воспитатель: Сейчас, Витаминка, мы тебе про это расскажем. Если я буду говорить, что делаю что-то хорошее, вы добавляйте: «И я тоже»: если плохое — молчите, ничего не говорите, договорились? Запомнили. Начинаем. Только будьте внимательны!

Игра «И я тоже»

Я умею аккуратно есть.

Я не слушаю старших.

Я с ребятами дружу.

Хорошо себя веду!

Я на улице гуляю!

Я ребят всех обижаю!

Витаминка: Весело с вами было, но мне пора на поезд, а вы обещайте мне всегда хорошо и правильно кушать, не забывать мыть руки и, конечно же, гулять и заниматься спортом. А я приеду к вам снова и посмотрю, как вы подросли! До свидания, ребята!