**Конспект занятия**: «Малыши-крепыши»

Занятие по формированию здорового образа жизни

В первой младшей группе.

**Составитель**: воспитатель 1 младшей группы

Киндеркнехт Ирина Владимировна

МБДОУ «Аленький цветочек» г. Ноябрьск

Цель:

Формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Продолжать закреплять умение детей ходить за воспитателем, придерживаясь определённого направления.

2. Бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

3. Умываться с небольшой помощью воспитателя и пользоваться предметами личной гигиены *(мыло, полотенце)*.

4. Закреплять эмоциональное ощущение при проявлении сочувствия.

Оборудование:

игрушка Степашка, бубен, мыло, полотенце.

Ход занятия:

- Ребята, сегодня мы с вами отправимся в интересное утреннее путешествие по нашей **группе**. А поедем мы на поезде. Давайте, я буду *«паровозик»*, а вы *«вагончики»*.

- Готовы? *(Да)*

- Тогда, поехали!

- Загудел паровоз и вагончики повёз

Чох – чох, чу – чу, далеко тебя умчу!

Ребятки, мы приехали на островок *«Зарядка»*. Давайте, разомнёмся, сделаем с вами зарядку.

Комплекс утренней гимнастики

*«Петушки»*

Зарядка выполняется под бубен.

1. Ходьба врассыпную, с высоким поднимание колена *(идут петушки)*

2. Поднять руки в стороны, вверх, опустить *(петушки машут крыльями)*

3. Шаркающие движения ногами *(петушки ищут зёрнышки)*

4. Присели, постучали пальцем по полу *(петушки клюют зёрнышки)*

5. Наклоны туловища вперёд *(петушки пьют воду)*

6. Побежали петушки на лужайку *(бег)*

7. Ходьба

- А теперь, ребятки садимся снова в поезд и поехали дальше.

- Ту – ту, ту – ту, вагончики зелёные бегут, бегут, бегут,

Колёсики весёлые всё тук, да тук, да тук.

Воспитатель направляется в туалетную комнату. Дверь закрыта.

- Дети, посмотрите, мы приехали в *«Страну умыванию»*

*(В это время за дверями раздаётся плач)*

- Ой, ребята, кто это там плачет? Давайте посмотрим!

*(Воспитатель достаёт игрушку Степашки из умывальной комнаты)*

- Кто это. Ребятки? *(Степашка)*

- Степашка, а почему ты плачешь?

Ребята, Степашка говорит, что он очень испачкался шоколадными конфетами и не знает что делать. Давайте, поможем Степашке. Расскажем, что ему нужно сделать, чтобы быть чистым. *(Ответы детей)*.

- Правильно, нужно умыться. Давайте, ребятки и покажем, как мы умеем умываться.

- Сначала закатаем рукава, затем аккуратно подставляем ручки под струйку воды, намочим наши ручки, возьмем мыло и намылим. Затем помоем чисто носик, ротик, щёчки. Лишние капельки воды стряхиваем в раковину, делаем ручки *«замочком»*.

Чистая водичка моет Степашки личико,

Катеньке ладошки, пальчики Антошке.

*(Воспитатель умывает Степашке, дети сами моют лицо и руки)*.- -Молодцы, ребята!

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём,

Перед каждою едой

После сна и перед сном.

- Ребята, давайте пригласим Степашку с нами в путешествие! *(Да)*

- Садимся в поезд и едем дальше! *(Дети строятся за воспитателем и направляются к столам)*

- Внимание, остановка *«Городок манной каши»*. Нам предлагается подкрепиться. А ты Степашка любишь манную кашу? Хочешь с нами позавтракать?

- Ребята, Степашка спрашивает, нет ли у нас на завтрак конфет? *(нет)*

- А что мы кушаем по утрам, чтобы быть **здоровыми и крепкими**? *(кашу)*

Как у бабушки Наташи

1. Как у бабушки Наташи

(Держать за концы **воображаемый платочек**, надетый на голову, говорить по-старушечьи.)

2. Ели вкусную мы кашу.

(Соединить ладони перед собой – сделать *«тарелку»*, показывать ее всем стоящим справа и слева.)

3. Каша пшенная с дымком,

(Над раскрытой ладонью левой руки – *«тарелки»* указательным пальцем правой руки рисовать **воображаемый дымок**, идущий от горячей каши; дымок поднимается вверх».)

4. Каша пшенная с дымком,

(Повторить те же движения, но уже правая рука – *«тарелка»*, левая – *«дымок»*.)

5. С хлебом,

(Правая рука перед грудью, локоть в сторону, внутренняя сторона ладони вниз – *«ломоть хлеба»*.)

6. С маслом,

(Левую ладонь положить на правую сверху – *«слой масла»*.)

7. С молоком.

(Соединить запястья, кончики пальцев рук и поднятые вверх большие пальцы рук – *«кружка»*.)

8. Взяли мы большие ложки,

(Сжать кулаки, большие пальцы подняты вверх, развести в стороны – две *«ложки»*.)

9. Съели все до самой крошки!

(Попеременно то правой, то левой *«ложкой»* есть *«кашу»*, поднося *«ложки»* ко рту.)

10. Вот какая каша

(Снова сделать *«тарелку»* и показывать ее всем стоящим справа и слева.)

11. У бабушки Наташи!

Воспитатель приглашает детей и Петушку садиться за столы, завтракать.

После Степашка благодарит ребят и уходит. Дети прощаются с героем.

- Ребята, а мы садимся в наш паровозик и возвращаемся в нашу **игровую**.

|  |
| --- |
|  |