Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 комбинированного вида « Детский сад « Первомайский»

 ***Конспект открытого занятия***

 ***во второй младшей группе***

 ***« В гостях у Мишки»***

 Подготовила воспитатель: Кошукова О.А

 Ачаир, 2023

**Цель:** формировать у детей навыки **здорового образа жизни**, учить заботиться о своем **здоровье**.

**Задачи:**

 • Прививать и воспитывать любовь к физическим упражнениям,

самомассажу ;

• Развивать разговорную речь детей

**.**Закреплять знания о пользе витаминов и их значении для жизни и **здоровья человека**;

• Развивать познавательно - эмоциональный интерес, двигательную активность детей;

**Предварительная работа:**

Рассматривание альбома «Вредная-полезная еда»,

чтение художественной литературы: «Мойдодыр»,К. И.Чуковский, рассматривание плаката «Режим дня»,

 рассматривание картинок с зимними видами спорта.

**Словарная работа:** витамины, здоровье, закаливание.

 Ход занятия

(Дети свободно играют, воспитатель приглашает детей на нод.)

**Вос-ль:** Колокольчик зазвенит и ребяток пригласит, ребята услышат, прибегут и играть со мной начнут. Спасибо, ребята, что все прибежали.

Представляете , сегодня утром , к нам в группу пришло письмо.

-Хотите узнать от кого? ( ответы детей)

**Вос-ль:** Тогда послушайте загадку: Он хозяин леса строгий,

 Любит спать в своей берлоге,

 Может страшно зареветь,

 А зовут его…..( медведь)

**Вос-ль:** Правильно, от медвежонка Мишки , он хочет нам что-то предложить, а чтобы узнать это, мы должны открыть и прочесть письмо. Разрешите , я открою и прочту письмо.

( воспитатель достает приглашение с гости )

**Вос-ль:** Ребята, медведь приглашает нас в гости, вы готовы идти. ( Ответы детей)

**Вос-ль** : Он живет в лесу и дорога туда длинная и опасная, ее смогут пройти только сильные, смелые и ловкие ребята!

- Вы смелые ребята? ( ответы детей)

- Сильные ребята? ( ответы детей)

**Вос-ль:** Тогда вставайте все за мной по тропинке мы пойдем….

(дети выстраиваются за воспитателем, повторяют движения , в соответствии с текстом)

 По тропинке мы идем ,

 Друг за дружкою гуськом,

 Высоко ножки поднимаем,

 И на кочки наступаем,

 На носочки надо встать,

 И до леса добежать.

( Дети вместе с воспитателем подходят к домику Мишки.)

**Восп-ль:** Ребята, а когда мы приходим в гости, что нужно сделать? ( ответы детей)

**Восп-ль:** Правильно, Виолетта , постучись , пожалуйста.

 **(** Из окна выглядывает Мишка, чихает и кашлеет)

**Восп-ль:** Здравствуй , Мишка! Что с тобой случилось?

**Мишка:** У меня печальный вид,

 Голова моя болит,

 Я чихаю, я охрип..

**Вос-ль:** Да, вид у тебя действительно печальный. А вот наши ребята не умеют болеть и могут тебя научить , а для этого расскажи нам, что ты делаешь по утрам.?

**Мишка:** Я долго сплю, до полудня…

**Вос-ль:** Нет, нет … Расскажи нам по порядку:Ты утром делаешь зарядку?

 Спортом занимаешься?
 Водой холодной умываешься?

**Мишка:** Нет, зарядку я, ребята, не делал никогда.

Закаляться –страшно, братцы, ведь холодная вода.

Может средство есть такое , чтобы сильным, ловким стать.

От других не отставать.

**Вос-ль:** Есть такое средство, есть. Давайте , ребята, перечислим, что нужно делать, чтобы быть здоровым: - Сладкого поменьше есть,

-Утром долго не валяться,

-Спортом , Миша, заниматься,

-Бегать, прыгать и скакать,

-Душ холодный принимать.

**Мишка:** -Ой, мне не суметь.

Вос-ль: Ну , что ты , Мишка, ты же не трусишка. Ты садись-ка по удобней, а мы тебе с ребятами покажем , как надо умываться прохладной водой.

***Проводиться игровое упражнение « Умываемся водой…»***

**Вос-ль:** А что еще нужно делать утром, когда проснулся и умылся.( ответы детей) Правильно, утреннюю зарядку. А с какими предметами мы делаем зарядку? ( ответы детей).

-А еще зарядку можно делать с игрушками-зверушками. Ребята, давайте научим Мишку выполнять эту веселую зарядку « Зверушки».

 ***Выполняется игровое упражнение « Зверушки»***

**Вос-ль:** Понравилась тебе ,Мишка , зарядка? Запомнишь ее? Выполняй каждое утро!

**Мишка:** Обязательно.

( дети садятся на стульчики)

**Вос-ль:** А чтобы быть здоровым и не болеть как Мишутка, что нужно еще делать?(ответы детей)

-Какие спортивные игры вы знаете? (ответы детей)

-Какие зимние игры вы знаете? (ответы детей)

-Что нужно кушать, чтобы быть здоровым?( ответы детей)

Вос-ль: А давайте для Миши приготовим полезный, овощной салат.

***Проводится пальчиковая гимнастика « Овощной салат»***

**Вос-ль:** А еще, Мишка , для здоровья очень полезны прогулки, даже в прохладную погоду.

Давай , мы с ребятами, научим тебя правильно дышать в прохладную погоду.

Проводится дыхательная гимнастика « Мыльные пузыри»

**Вос-ль:** Мишка, ребята приготовили для тебя корзину полезных овощей и фруктов, выздоравливай, занимайся спортом и не болей.

**Мишка:** Спасибо вам , ребята, я буду стараться. Примите от меня бочонок вкусного меда.

Дети прощаются с Мишкой и возвращаются в детский сад.

**Вос-ль**: -Ре6бята, скажите к кому вы сегодня в гости ходили?

-А что с ним случилось? ( ответы детей)

- А что вы ему посоветовали? ( ответы детей)

- А кому было что- то сложно делать?( ответы детей).

**Вос-ль**: Спасибо ребята, что помогли Мишке .Вы сегодня хорошо поработали.