



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
«МАЯЧОК» комбинированного вида

**Методические рекомендации для родителей по
организации образовательной деятельности**

(возраст детей 2-3года)

г. .Нижний Тагил
2022

Тема: «Здоровей-ка»

(возраст 2-3года)

Цель: Формировать первоначальные представления об охране жизни и здоровья, умение ориентироваться в строении собственного тела; умение и желание соблюдать правила личной гигиены тела; дифференцировать на начальном уровне понятия «здоровье» и «болезнь»; связывать состояние здоровья с поведением и соблюдением гигиенических требований; Учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать культурно-гигиенические навыки.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Коммуникативная, речевая деятельность

Тема: Чтение сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр»

Цель: познакомить с содержанием сказки в стихах К.И.Чуковского «Мойдодыр». Продолжать закрепление знаний детей о культуре гигиены; формирование положительного отношения к здоровому образу жизни; развивать внимание, память, логическое мышление, правильную связную речь детей; воспитывать интерес к детской художественной литературе, аккуратность, чистоплотность, желание быть всегда опрятным, красивым; обогатить словарный запас.

Материал: красочные иллюстрации к произведению.(Приложение 1)

ХОД:

Взрослый: посмотри, кто к нам пришёл. Кто это? Мы с ним знакомы?

(показывает иллюстрацию с изображением Мойдодыра.)

- А как ты думаешь, зачем он к нам пришёл?

- Да, Мойдодыр пришёл к нам рассказать, как ребята должны самостоятельно ухаживать за собой.

Взрослый: давай прослушаем сказку Мойдодыра, чтобы знать нам, как ухаживать за собой. (сопровождает чтение показом иллюстраций). Dlya-Deety.com-Moydodyr.mp3

- Интересная сказка? О ком рассказывается в сказке?

- Да, мальчик был ленивым, а мы

Физминутка

Каждый день мы по утрам делаем зарядку,

Очень нравится нам всё делать по порядку:

Весело шагать, весело шагать,

Руки поднимать, руки опускать,

Приседать и вставать, прыгать и скакать.

- Молодец. Мойдодыр всё видел и ему понравилось.

Взрослый: Расскажи, а что же случилось с мальчиком?

- Каким он был?

- Кто заставил мальчика умыться?

- Что нужно делать, чтобы быть чистыми и опрятными?

- Молодец! Так давайте всегда умываться, мыть руки и купаться!

Двигательная деятельность

"Айболит о здоровье"

Цель

формирование основ положительного отношения к двигательным действиям, расширение представлений о своем теле и способах его тренировки.

Совместное изготовление нестандартного оборудования: «морковки» - из картона для метания в горизонтальную цель, «осенние листочки» для прыжков в длину.

Материальное обеспечение:

- массажные мячи диаметром 7см по количеству детей,
- «морковки» по количеству детей,

- «осенние листочки» по количеству детей;
- большие мячи по количеству детей;
- мягкая игрушка «зайчик».

Содержание непосредственно образовательной деятельности:

Ход.

Виды ходьбы по 8 шагов:

1. обычная;
2. высоко поднимая колени, руки на пояс (через лужи) ;
3. на носках, руки в стороны (по мокрой дорожке) .

Виды бега:

1. обычный;
2. выбрасывая ноги вперед (сушим промокшие ноги) .

Обычная ходьба.

Построение в круг приставными шагами в сторону, останавливаясь возле массажных мячей.

Ребята, давайте научим зайчика делать гимнастику «Айболита» с лечебными мячами.

Основная часть.

ОРУ с массажными мячами «Гимнастика Айболита» (темп выполнения средний, дозировка 5-6 повторений)

1. «Полечим ладони».

И. п. : стоя, ноги на узкой дорожке, руки вперед, одна над другой с мячом между ладонями; 1-3 покатаь мяч на ладони; 4-6 поменять руки местами, покатаь мяч на ладони.

2. «Погладим шею».

И. п. : стоя, ноги на широкой дорожке, руки вперед; 1-согнуть локти в стороны, погладить шею; 2-и. п.

3. «Потрем бочок».

И. п. : стоя на коленях, руки внизу;

1-потереть бочок снизу вверх; 2-переложить мяч в другую руку, 3-потереть бочок снизу вверх; 4-и. п.

4. «Погреем спинку».

И. п. : стоя на коленях, руки на пояс, мяч перед коленями;

1-опуститься на четвереньки, округлить спину; 2-и. п.

5. «Тренировка ног».

И. п. : сидя, ноги согнуть в коленях, мяч между стоп, руки упор сзади; 1-ноги вытянуть, 2-и. п.

Ситуативная беседа о правильном приземлении на мягкие ноги в прыжках.

Прыжки -2 повтора по 8 раз- с перерывом на ходьбу на месте.

И. п. : ноги слегка расставлены, руки на пояс; 1-8 прыжки на двух ногах возле своего мяча.

Молодцы, ребята! Теперь зайчик знает, как согреться в холодную погоду. А чтобы он был здоровым давайте его потренируем.

Основные движения (дозировка – 3-5 повторений) .

- зайка целый день бегал, прыгал и у него устали лапки и спинка. Давай поможем зайчику и научим его как снять усталость. Нужно поползать, как мышка на коротких лапках.

1. *«Снимим усталость»* - ползание с изменением направления с опорой на предплечья и колени (способ организации фронтальный) .

- посмотри сколько красивых осенних листочков! Давай мы их соберем и выложим зайке круглую полянку. Пока мы листочки раскладывали листочки замерзли на холодной земле и стали скользкими. Чтобы зайчик не поскользнулся и не ушибся, научим его не наступать на скользкие листочки, а перепрыгивать через них.

2. *«Через листочки»* - прыжки в длину с места (способ организации фронтальный)

Зайка очень старался, но быстро устал. Ему не хватает витаминов. Чтобы зайчик был здоров заготовим ему на зиму много витаминных морковок.

3. *«Заготовка морковок»* - катание мячей, стараясь сбить «морковки» мячом.

-молодец! А почему зайчик грустит? Он очень любит бегать. Давай поиграем с ним.

Подвижная игра «Догони зайчика» - бег с изменением направления. (дозировка - 1 повторение)

Заключительная часть.

Дыхательное упражнение «Подуем на зайчика» (дозировка 3-4 повторения) .

Спасибо, ты высушил шерстку зайке.

ВТОРНИК

Игровая, познавательная-исследовательская деятельность, коммуникативная

Тема: «Вот я какой!»

Программное содержание: познакомить детей с внешним строением тела человека, его возможностями, воспитывать чувство гордости, что «Я-человек», вызвать интерес к дальнейшему познанию себя, развивать умение анализировать, сравнивать, делать выводы.

Оборудование: кукла Катя, зеркало, лист ватмана, фломастеры.

Ход:

Кукла Катя смотрит на себя в зеркало, рассуждает

Кукла Катя: У меня два глаза, два уха, один нос, один рот, две руки, две ноги. Посмотри на себя в зеркало. У тебя так же?

Ребенок рассматривает себя в зеркало, смотрят друг на друга, с помощью взрослого делает выводы.

Взрослый: сегодня мы начинаем знакомиться со своим телом, из чего оно состоит. У каждого из нас есть голова, она может думать, с помощью глаз мы можем видеть, с помощью ушей — слышать, с помощью носа — дышать и различать запахи.

Ребенку предлагается повторить за взрослым текст с движениями:

Ротик мой умеет кушать *(показывают рот)*

Нос-дышать *(показывают нос)*

А ушки-слушать *(двумя руками показывают уши)*

Глазоньки- моргать, моргать *(моргают глазами)*

Ручки-все хватать, хватать *(делают руками хватательные движения).*

Взрослый: Туловище есть у каждого человека. Оно может поворачиваться в разные стороны, наклоняться, выгибаться. К туловищу крепятся руки и ноги. Руки для человека очень важны — они выполняют самую разнообразную работу. Назови, какую? (*Ответы ребенка*). Все это мы можем делать благодаря нашим пальчикам, они очень цепкие и могут удерживать разные предметы.

Проводится игра «Что мы делаем - не скажем, что мы делаем — покажем».

Водящий показывает только само действие, а играющие должны догадаться, что это за действие. (*Забивать гвозди, поднимать тяжести, вязать, писать, играть на музыкальном инструменте.*)

Взрослый: Вот какие удивительные наши ручки, а наши ножки могут быстро ходить, высоко прыгать, вставать на носочки, идти впрысядку. (Попросить ребенка показать эти действия детей.)

Взрослый обращает внимание на лист ватмана на стене и предлагает нарисовать на нем куклу Катю. (Взрослый обрисовывает голову, туловище, руки, ноги Кати.)

Далее взрослый предлагает ребенку дорисовать кукле глаза, нос, уши, еще раз акцентируя внимание на предназначение этих органов чувств.

В заключении взрослый предлагает прослушать стихотворение М.Ефремовой «Тело человека».

Что такое наше тело?
Что оно умеет делать?
Улыбаться и смеяться,
Прыгать, бегать, баловаться...
Наши ушки звуки слышат,
Воздухом наш носик дышит.
Ротик может рассказать,
Глазки могут увидеть.

Ножки могут быстро бегать,
Ручки все умеют делать.
Пальчики хватают цепко
И сжимают крепко-крепко.

Двигательная деятельность

«Наше здоровье»

Задачи:

1. Закреплять представления о допустимых пониманиях детей способах укрепления и сохранения здоровья (утренняя гимнастика, прогулка на свежем воздухе)
 2. Воспитывать желание заботиться о своём здоровье.
- Материал к занятию: Игрушка Медвежонок,

Ход занятия:

- чтоб здоровыми быть надо заботиться о своем здоровье, заниматься физкультурой

- Покажем Мишутке наши упражнения?

- « Три медведя»

Три медведя шли домой - шагать на месте вперевалочку

Папа был большой-большой. -Поднять руки над головой, потянуть вверх.

Мама с ним поменьше ростом, - Руки на уровне груди.

А сынок — малютка просто. - Присесть.

Очень маленький он был, - Присев, качаться по-медвежьи.

С погремушками ходил. -Встать, руки перед грудью сжаты в кулаки.

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь. Ребенок имитирует игру с погремушкой.

- Мы заботимся о своем здоровье и чтобы не болеть, каждое утро делаем зарядку.

-давай мишкам покажем зарядку

Головами покиваем,

Носиками помотаем,

И зубами постучим,

И немножко помолчим.
Плечиками мы покрутим,
И про ручки не забудем,
Пальчиками потрясем,
И немножко отдохнем.
Мы ногами поболтаем,
И чуть-чуть поприседаем,
Ножку ножкой подобьем
И сначала все начнем.
Головами покиваем
Носиками помотаем
И зубами постучим
И немножко помолчим.

Покажем Мишутке, как надо правильно дышать: ротик закрыт, делаем вдох через нос, выдох. а чтобы носик дышал лучше полезно такое упражнение: дышим одной ноздрей, потом другой (*дыхательная гимнастика, повторить 2 раза*). Молодец

СРЕДА

Музыкальная деятельность

Тема: «Мурка и Жучка в гостях у ребят»

Задачи.

1. Обогащать детей музыкальными впечатлениями, создавать у них радостное настроение, развивать умение ритмично двигаться под музыку.
2. Учить петь естественным голосом, без напряжения, протяжно, вызывать желание петь самому и в хоре.

Оборудование: кошка, собака (мягкие игрушки), бубен, деревянные ложки.

Ход занятия.

Взрослый с ребенком идут к комнате, где проходят музыкальные занятия.

Взрослый. Куда же пропала наша кошка Мурка? Давай ее поищем. *(Со словами «кис-кис-кис» взрослый и ребенок проходят в комнату)* Вот она. Поздоровайся, Мурка, с нами.

Кошка *(игрушка в руках взрослого)*. Мяу-мяу!

Взрослый. Представь, что ребятки — твои котятки. Позанимайся с нами, Мурка!

Где же вы котятки,

Серые ребятки!

Кошка поет “Мяу” низко, а “котята” повторяют высоко. Ребенок – «котенок» ходит мягко, неслышно, двигается согласно характеру музыки.

Упражнение “Кошечка”, (муз. Т. Ломовой)

Взрослый. Какой замечательный котенок! Лапки мягкие, хвостик виляет. Как кошка молочко просила? Правильно, мяу! Как благодарила? Мур! Мур! А теперь давай споем песню про кошку.

Песню “Кошка” (муз. Ан. Александрова, сл. Н. Френкель)

Киска к детям подошла.
Молочка просила,
Молочка просила.
«Мяу» говорила,
Мяу... Мяу... Мяу...
Угостили молочком —
Кисанька поела,
Кисанька поела:
Песенку запела:
«Мурр...Мурр...Мурр...»

Взрослый. Кого кошка боится? Конечно, собаку! Но наша собака добрая, никого не обижает. Давайте и про нее споем песню.

Песня «Собачка» (сл. Н. Комиссаровой, муз. М. Раухвенгера)

К нам пришла собачка,
Умная собачка,
С детками играет,
Очень громко лает,
Гав! Гав! Гав! Гав! Гав!

Взрослый. Дети, какую песенку вам еще хочется спеть? “Ладушки”? Почему? Потому, что бабушка добрая? Потому что можно в ладошки похлопать? Молодец!

Песня «Ладушки» (русская народная песня в обраб. Г. Фрида)

— Ладушки, ладушки,
Где были? — У бабушки.
— Что ели? -Кашку.
— Пили? — Простоквашку.
Кашку поели.
Шу! Полетели.
На головку сели.

Сели, посидели,
Прочь улетели. Да!
Как хорошо мы пели! Даже собака с кошкой нам хлопали.

А ты умеешь в ладоши хлопать? Как? (*показывает*) Умеешь — и громко, и тихо, а прятать ладошки за спину; когда музыка закончится, умеешь? Да? Ну что ж, давайте тогда поиграем в игру.

Песня-игра «Где же наши ручки?» (муз. Т. Ломовой, сл. И. Плакиды)

Где же, где же наши ручки?
Где же наши ручки?
Где же, где же наши ручки?
Нету наших ручек.
Вот, вот наши ручки,
Вот наши ручки.
Пляшут, пляшут наши ручки,
Пляшут наши ручки.
Где же, где же наши ножки?
Где же наши ножки?
Где же, где же наши ножки?
Нету наших ножек.
Вот, вот наши ножки,
Вот наши ножки.
Пляшут, пляшут наши ножки,
Пляшут наши ножки.

Взрослый. Как мы ручки и ножки прятали! А сами мы сможем спрятаться — быстро, неслышно.

Ребенок прячется.

Игра «Жмурка с бубном» (русская народная музыка)

Я по комнате хожу
Деток я не нахожу.
Ну, куда же мне пойти,
Где ребят своих найти?
Надо бубен мне достать,
Веселее поиграть.
Все услышат — прибегут
И со мною в пляс пойдут!

Взрослый играет на бубне — ребенок “находятся” и танцует, используя знакомые плясовые движения: пружинить и притопывать ногами, хлопать в ладоши, стучать каблучками, вращать кистями рук, подпрыгивать и т.д.

Взрослый. Весело мы плясали! А теперь отдохнем немного, посидим на стульчиках. Смотрите, под ними ложки лежат, поиграем на них, а собака и кошка попляшут.

Ребенок и взрослый берут ложки и, сидя на стульях, воспроизводят мелодию плясовой

Русская народная плясовая “Ах вы, сени!”

Взрослый. Молодец! А нам пора прощаться с киской и собачкой, помашем им до свидания!

Изобразительная деятельность (лепка)

Тема: «Расческа для куклы»

Цель: Способствовать ритмичному расположению коротких линий сверху вниз;

Задачи:

Образовательные:

- Закреплять умения рисовать прямые линии одинаковой длины карандашом;
- Формировать у детей навыки самообслуживания;

Развивающие:

- Развивать мелкую моторику рук, а также фантазию детей;
- Развивать у детей интерес к рисованию;

Воспитательные:

- Воспитывать аккуратность при работе;

Материалы и оборудование: кукла Катя, цветные карандаши, альбомного листа с изображением контура расчески без зубчиков, рисунок расчески, сломанной пополам. (Приложение 2)

ХОД:

Стук в дверь.

Взрослый: посмотри, сегодня к нам пришла гостья. Давай сней поздороваемся.

Взрослый: К нам в гости пришла кукла Катя. Посмотрите, какая она грустная и лохматая, непричесанная. Давай узнаем, что случилось?

Взрослый: Куклу Катю пригласили на праздник. Она хотела сделать себе красивую прическу, но у нее сломалась расческа. И она теперь не знает, как ей быть. Как можно помочь Кате?

Взрослый: Посмотри, у меня есть расчески, но они тоже все без зубчиков. Что мы можем сделать?

Взрослый: Посмотри, как мы будем рисовать зубчики. Веду прямую линию сверху вниз. Еще одну линию. Надо нарисовать много зубчиков, чтобы расческа хорошо расчесывала волосы. А еще можно раскрасить красиво ручку расчески. Я нарисую вот такие красивые разноцветные кружочки. Посмотри, какая красивая расческа у меня получилась. Ты хочешь нарисовать такую же расческу для куклы?

На листах уже есть ручки для расчесок. Нарисуй зубчики.

Взрослый: хорошо сегодня потрудились. Замечательные расчески у нас получились. Кукла Катя очень рада, теперь она сможет пойти на праздник

Давай теперь поиграем с нашей гостьей.

В понедельник я купался,*Изображаем плавание.*

А во вторник – рисовал.*Изображаем рисование.*

В среду долго умывался,*Умываемся.*

А в четверг в футбол играл.*Бег на месте.*

В пятницу я прыгал, бегал,*Прыгаем.*

Очень долго танцевал.*Кружимся на месте.*

А в субботу, воскресенье*Хлопки в ладоши.*

Целый день я отдыхал. *Дети садятся на корточки,*

руки под щеку – засыпают.

Взрослый: давай скажем кукле Кате «До свидания!»

ЧЕТВЕРГ

Игровая, коммуникативная, речевая деятельность

Тема "Научим Мишку заботиться о своём здоровье"

Программные задачи:

1. Закреплять представления о допустимых пониманиях детей способах укрепления и сохранения здоровья (утренняя гимнастика, прогулка на свежем воздухе, употребление в пищу овощей и фруктов, витаминов).
2. Продолжать подводить детей к умению понимать предметные модели.
3. Упражнять в различии некоторых овощей (*лук, чеснок*) и фруктов (*яблоко, груша*) с участием анализаторов (*обоняние и вкус*).
4. Способствовать активизации словаря детей через употребление слов - разных частей речи; развивать диалогическую форму речи (*понимание обращенной речи, ответы на заданные вопросы*).
5. Воспитывать желание заботиться о своём здоровье.

Материал к занятию: Игрушка Медвежонок, ширма, чашка с блюдцем, мёд, ложка, сюжетные картинки: "утренняя гимнастика", "прогулка", головка чеснока, лук, макеты фруктов, корзинка, салфетки, баночка "для запаха чеснока", зубочистки по количеству детей для кусочков яблок.

ХОД:

"Собрались все дети в круг.

Я - твой друг и ты - мой друг.

Крепко за руки возьмёмся,

И друг другу улыбнёмся"

За ширмой(стулом, креслом...) кряхтит медвежонок

Взрослый: Кто же это может быть? (*появляется медвежонок*).

Здравствуй, Мишутка! Как хорошо, что ты к нам пришёл.

Мишка: (*покашливает*)- Здравствуйте!

Взрослый: Мишутка, споёшь нам весёлую песенку или поиграешь в игру?

Мишка: Нет, не могу (*покашливает*)

В.: что же случилось с Мишуткой, как ты думаешь? (*предположения ребенка*)

Мишутка простудился. Выпей Мишутка чай с мёдом, и кашель быстро пройдёт (*подаём чашку, Мишутка "пьёт"*)

Мишка: Спасибо!

Взрослый: как ты думаешь, почему Мишутка заболел? (*предположения ребенка*).

Мишутка, а ты знаешь, как надо заботиться о своём здоровье? (Мишутка качает головой). Тогда слушай и смотри внимательно. Мы тебе расскажем и покажем, что надо делать, чтобы не болеть.

Рассказ о способах укрепления и сохранения здоровья.

Взрослый: (*обращает внимание на картинку*)

Посмотри внимательно и скажи мне, что делает девочка? (*девочка делает зарядку*). А мы с тобой, когда делаем зарядку? (*утром*). Покажем Мишутке наши упражнения? Выходи ко мне, встань удобно, чтобы друг другу не мешать.

Физкультминутка «Три медведя»

Три медведя шли домой *Дети шагают на месте вперевалочку*

Папа был большой-большой. *Поднять руки над головой, потянуть вверх.*

Мама с ним поменьше ростом, *Руки на уровне груди.*

А сынок — малютка просто. *Присесть.*

Очень маленький он был, *Присев, качаться по-медвежьи.*

С погремушками ходил. *Встать, руки перед грудью сжаты в кулаки.*

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь. *Дети имитируют игру с погремушками.*

Взрослый: Молодец! Чтобы и ты, и Мишутка лучше запомнили, что полезно для здоровья, я буду картинки-подсказки на доске располагать. Согласны? *(показываем картинки).*

Чтобы быть здоровыми, надо делать зарядку по утрам *(Приложение3)*.

Взрослый: Кто на этой картине нарисованы? *(дети).* Что делают, мальчики и девочки? *(играют, гуляют на улице).* Мы каждый день тоже выходим на прогулку. Что мы делаем на прогулке *(ответы)* - картинку-подсказку на доску.

Взрослый: А ещё мы на прогулке дышим свежим воздухом. Чем мы дышим? *(носом).*

Покажем Мишутке, как надо правильно дышать: ротик закрыт, делаем вдох через нос, выдох. А чтобы носик дышал лучше полезно такое упражнение: дышим одной ноздрей, потом другой *(дыхательная гимнастика, повторить 2 раза).* Молодец!

А ваши носики умеют различать запахи? Попробуем запах одного секрета здоровья угадать? *(взрослый берёт незаметно контейнер от киндера с чесноком, дети нюхают).* Догадался, что это? Правильно, это чеснок. Мишутке дадим понюхать? *(Мишутка нюхает, бррр, качает головой).*

Мишутка, чеснок очень полезный овощ *(открывает контейнер – там зубчик чеснока).* Давай расскажем Мишутке, почему надо кушать чеснок? *(ответы).* Правильно, чеснок полезен для здоровья - картинка-подсказка на доску.

Взрослый: А теперь вторая загадка: Понюхаем что здесь? *(предлагаем понюхать контейнер с кусочками лука)* Догадались? Правильно Лук! Лук также как и чеснок очень богат витаминами и полезен для здоровья, особенно в период когда многие люди болеют.

Взрослый: Расскажи мне, а фрукты полезны для здоровья? *(ответы).*

Какие фрукты ты знаешь? *(ответы).* У меня в корзине тоже лежат фрукты? Кто сможет их назвать? *(называют фрукты)*

Взрослый показывает баночку с витаминами.

Взрослый: Что в этой баночке, как ты думаешь? *(ответы)*. Правильно, витамины.

Они полезны для здоровья. Каждый день мама дает по одной витаминке. Может быть, подарим Мишутке витамины? *(Да)*.

Бери Мишка, принимай по одной в день и болезни тебе будут не страшны!

Взрослый: Чему мы сегодня Мишку учили? *(заботиться о здоровье, чтобы не болеть)*. Ещё раз повторим для Мишутки, что же надо делать (по картинкам - делать зарядку, больше гулять на свежем воздухе, кушать чеснок, лук и фрукты).

Взрослый: Запомнил, Мишутка?

Мишка: Спасибо! Я постараюсь выполнять ваши советы, чтобы не болеть и всем своим лесным друзьям расскажу. Мне пора уходить, до свидания! *(прячется за ширму)*.

Взрослый: Похлопаем в ладоши, похвалим себя.

Двигательная деятельность

"С физкультурой дружить -здоровым быть!"

Цель: Способствовать развитию двигательной активности, связанной с выполнением физических упражнений, координации движений, умения соотносить речь с движениями. Способствовать развитию речевого аппарата и мелкой моторики посредством артикуляционной гимнастики и пальчиковых игр. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены, Расширять представление детей о способах заботы о своем здоровье. Способствовать развитию добрых чувств детей, желания оказывать помощь.

Материалы: Воздушный шарик, цветы, заяц

Ход занятия:

Физминутка с элементами самомассажа

Здравствуйте, ладошки,

Хлоп-хлоп-хлоп! *(хлопать)*

Здравствуйте, ножки,

Топ-топ-топ! *(топать)*

Здравствуйте, щёчки, *(погладить свои щёчки)*

Плюх-плюх-плюх! *(пошлёпать себя по щёчкам)*

Пухленькие щёчки, *(снова погладить щёчки)*

Плюх-плюх-плюх! *(пошлёпать себя по щёчкам)*

Здравствуйтесь, губки,

Чмок-чмок-чмок! *(или три раза ритмично почмокать губами)*

Здравствуйтесь, зубки,

Щёлк-щёлк-щёлк! *(или три раза ритмично пощёлкать зубками)*

Здравствуй, мой носик, *(потрогать кончик носа)*

Бип-бип-бип! *(три раза нажать на свой носик)*

Здравствуйтесь, гости! *(протянуть ручки вперёд)*

- дидактическое упражнение на развитие мышц языка «Лошадка», мышц губ и речевого дыхания «Т-п-р-у-у»).

- Вот мы приехали к лесу. Придется нам идти пешком?

- Вы готовы, глазки? *(Поглаживают веки глаз)*

- Да! *(Смотрят в бинокль)*

- Вы готовы, ушки?

- Да! *(Прикладывают ладони к ушам, поглаживают их).*

- Вы готовы, ручки?

- Да! *(Хлопают в ладоши)*

- Вы готовы, ножки?

- Да! *(Поглаживают ноги, притопывают)*

- Вы готовы?

- Да! *(Разводят руки в стороны и обнимают себя)*

Игровая гимнастика.

Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,

Руки тоже помогали, все махали да махали.

Остановка. Сели. Встали. Снова дружно зашагали.

Хлынул ливень, грянул гром. Мы на цыпочках идем.

Отряхнули руки, ноги, не устали мы с дороги.

Побежали наши ножки,

Побежали по дорожке,

И пока мы не устанем,

Мы бежать не перестанем

- Прибежали на полянку, остановились, а на полянке столько цветов расцвело.

Давай немножко отдохнем и понюхаем цветочки.

Дыхательное упражнение «Вокруг цветочки»

- посмотри, под кустом сидит зайчик Федя. Здравствуй Федя. А почему же ты сидишь под кустом? Разве у тебя дома нет?

- А домика у меня действительно нет и мне приходится жить под кустом. А недавно прошел дождик, я промок и простудился. Апчхи!

- Зайчик, так нельзя, тебе обязательно нужен теплый и надежный дом, давай построим для Феде дом. Приготовили кулачки.

Пальчиковая гимнастика «Строим дом»

Тук-тук-тук!

Строим дом *(кулачком стучим по кулачку).*

Дом высокий

(руки вверх вытянуть,

Дом с окном
(руки вместе и развести в стороны,
С острой крышей и трубой
(руки в виде крыши).
В доме я живу с тобой

- Какой замечательный дом получился
- А еще, чтобы не болеть надо кушать фрукты и овощи – в них содержится много полезных для здоровья витаминов. И мы с ребятами сейчас приготовим тебе вкусную и полезную капустку.

Пальчиковая гимнастика «Капуста»

Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)

Мы капусту мнем, мнем, (пальчики сжимаем и разжимаем)

Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)

Мы капусту жмем, жмем (пальчики сжимаем и разжимаем)

Подвижная игра «Зайка серенький сидит»

Зайка серенький сидит и ушами шевелит (изобразить действиями)

Зайка холодно стоять, зайке надо поскакать.

Прыг-скок, прыг-скок, ускакал зайка в лесок.

Упражнение на релаксацию «На лесной полянке»

-Мы находимся в лесу, лежим на зеленой мягкой травке, лежим как на перине. У нас все хорошо... Нам легко и спокойно... Мы слышим пение птиц, стрекотание кузнечиков, чувствуем запах красивых цветов, растущих на полянке. Над цветами порхают разноцветные бабочки – красные, желтые, синие. ... Жужжат пчелки, дует легкий приятный ветерок. ... Светит солнышко. Мы чувствуем, как его лучики нежно гладят нам лобик и щечки, дотрагиваются до рук, ног... Нам хорошо и тепло.... Мы отдыхаем.... Мы запомним это чувство и захватим его с собой, возвращаясь из путешествия. Мы дышим легко и спокойно... Вдох – выдох, вдох – выдох...

Хорошо нам отдыхать,

Но пора уже вставать.

Глазки открываются,

Детки улыбаются.

Потянулись, встали

Приятно отдыхали.

ПЯТНИЦА

Музыкальная деятельность

Тема: «Концерт для кошки Мурки»

Задачи.

1. Учить выразительному исполнению движений, совместным и индивидуальным действиям под музыку.
2. Развивать умение реагировать на начало звучания музыки и на ее окончание, менять движения в соответствии с двухчастной формой произведения; петь коллективно, одновременно начинать и заканчивать песню, не опережать друг друга, петь дружно, слаженно.

Оборудование: погремушки, кошка (мягкая игрушка).

Ход занятия

Взрослый приводит ребенка в комнату для музыкальных занятий, изображая кошечек. Тихо мяукают.

Взрослый (с игрушкой – кошкой в руках). Кто это мяукал у дверей? Ой, да это котеночек! Проходи, свои лапки покажи.

Упражнение “Кошечка”, (муз. Т. Ломовой)

Взрослый. А вот и кошка пришла. Давай с ней поздороваемся, но музыкально: споем — каждый свою мелодию (*взрослый и ребенок здороваются с кошечкой, каждый напевая свою мелодию*).

Взрослый. А теперь давайте киске споем песенку про нее саму.

Песню “Кошка” (муз. Ан. Александрова, сл. Н. Френкель)

Киска к детям подошла.
Молочка просила,
Молочка просила.
«Мяу» говорила,
Мяу... Мяу... Мяу...
Угостили молочком —
Кисанька поела,
Кисанька поела:
Песенку запела:
«Мурр...Мурр...Мурр...»

Взрослый. Сейчас ты сам отгадаешь, какую песенку мы будем петь. (*взрослый включает мелодию песенки «Петушок», ребенок узнают ее и поет*)

Песня «Петушок» (русская народная песня в обраб. М. Красева)

Петушок, петушок,
Золотой гребешок,
Маслена головушка,
Шёлкова бородушка,
Что ты рано встаёшь,
Громко песни поёшь,
Ване спать не даёшь?

Взрослый. А ты какую песню хочешь спеть? Про собаку? Давайте, послушаем, как весело и звонко ты поешь.

Ребенок выбирает сам, какую песенку хочет спеть из ранее изученных, взрослый включает запись и помогает ребенку спеть песенку.

Взрослый. Посмотри, что для нас киска приготовила! Правильно! Погремушки. С ними будем весело играть, и прятать их. А когда это надо будет сделать, тебе песенка подскажет.

Песня-игра с погремушками (муз. А. Лазаренко, сл. О. Высотской)

1. Побежали малыши,
Держат погремушки.
До чего же хороши
Новые игрушки.
Ля-ля, ля-ля-ля,
Новые игрушки.
2. По ладошке постучим
Быстро погремушкой.
Очень весело плясать
С новенькой игрушкой.
Ля-ля, ля-ля-ля,
С новенькой игрушкой.

Взрослый беседует по содержанию песни; вместе они определяют, в какой момент нужно прятать погремушки.

Взрослый. Очень весело играли

И немножечко устали.

Пришла пора прощаться с нашими друзьями. До свидания! Ждите нас в гости!

Изобразительная деятельность (рисование)

Тема: «Витамины в баночке»

Задачи: Продолжать воспитывать у детей отзывчивость, желание прийти на помощь.

Закреплять навыки лепки: отщипывать маленькие кусочки пластилина, скатывать их между ладонями или пальчиками на дощечке.

Развивать мелкую моторику при складывании шариков на силуэт баночки, начиная снизу рядом с друг другом.

Закреплять красный и жёлтый цвета.

Пособия: мягкая игрушка Зайчик, силуэт баночки (*для витаминок*) для каждого ребёнка, пластилин красного и жёлтого цветов, дощечки для лепки. (Приложение 4)

ХОД:

Кто-то стучится в дверь. Выходит и приносит зайчика.

Взрослый: Посмотри, кого я встретила: Это зайчик, поздоровайся с ним. Ты почему грустный, зайчонок?

Зайчик чихает, кашляет.

Взрослый: Неужели ты заболел, зайчик?

Зайчик здороваётся с ребятами и рассказывает:

-Я вот гулял по улице без шапочки и варежек и простудился. А ещё я немного снега поел и теперь я, кажется, заболел. Ноя не хочу болеть! Если я заболею, то со мной никто не сможет играть, с больным. Ребятки, подскажите, пожалуйста. Что мне нужно сделать, что не разболеться?

Взрослый: Не грусти зайка, мы тебе поможем. А ты хочешь помочь зайчику в том, чтобы он не заболел? *(Да)*. А как мы сможем помочь ему? *(Ему нужны витамины)*.

Взрослый обращается к зайке: - Ты присядь, зайчонок, отдохни.

- А какой формы витаминки? *(Круглой)*

-А какого они цвета бывают? *(И жёлтого, и красного)*

-Посмотри, какого цвета у вас пластилин? *(Красного, жёлтого)*

-А что нужно сделать, чтобы получился шарик? *(рассказывают и показывают)*.

-А как нам получить маленький шарик?

-Что-то у нас пальчики ещё не совсем размялись, давайте с ними поиграем.

Пальчиковая гимнастика.

Взрослый напоминает о посадке за столом: спинка прямая, ножки вместе, рукава необходимо засучить.

Напомнить о приёмах лепки: отщипываем маленький кусочек пластилина, скатываем пальчиками на доске, или на ладони.

Обратить внимание на силуэт баночки: складывать витаминки мы будем в баночку, начиная с низу, располагая рядом друг с другом.

Начинают скатывать витаминки и складывают в баночки. Во время выполнения работы взрослый помогает индивидуально, показывает приём скатывания, отщипывания кусочка пластилина.

По окончании работы вместе с зайчиком рассматривают баночки с витаминками.

Зайчик: -ой. Сколько много витаминок! Я теперь точно не буду болеть. И я хочу угостить своих друзей витаминками, чтобы и они не заболели.

-Какие вы молодцы. Спасибо, вы настоящие друзья.

-Я больше не буду есть снег и ходить без шапки, и вы не ешьте снег, договорились? Я пойду в лес, угощать своих друзей витаминками, Пока!

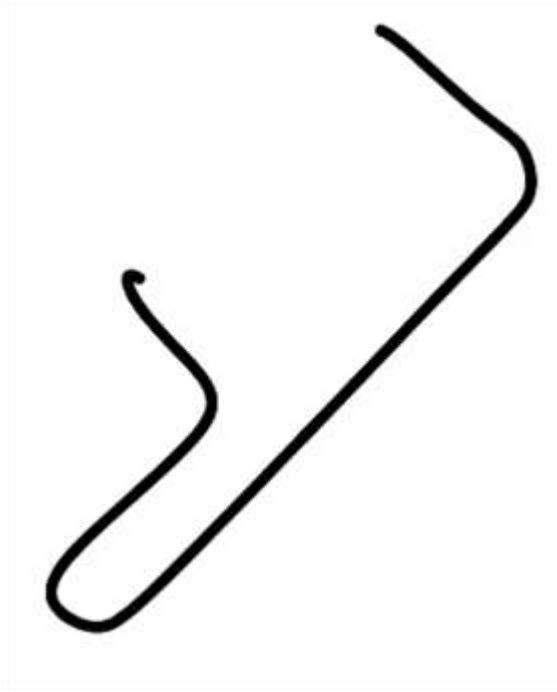




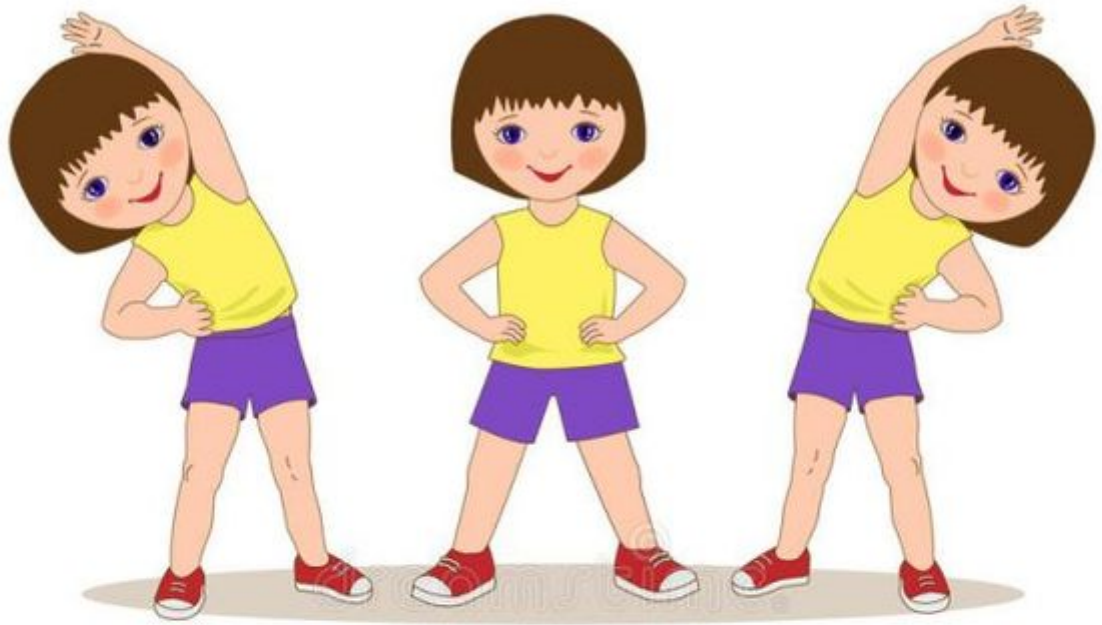




Приложение 2



Приложение 3





Приложение 4

