**«Быть здоровым я хочу и со спортом я дружу»**

**(ДЛЯ ДЕТЕЙ 2 МЛАДШЕЙ ГРУППЫ)**

**Цель:** формировать у детей представление о здоровье, стремление беречь и заботиться о своем здоровье. Развивать физические качества, самостоятельную двигательную активность. Воспитывать желание соблюдать основы ЗОЖ

**Утро**

Психогимнастика «Поделись своей улыбкой»

Беседа: «Из чего мы сделаны» рассказ педагога с рассматриванием плаката «Внутренние органы».

Цель: формировать познавательные интересы.

 **Игра** на имитацию движений **«Наши детки все умеют, от того и** **здоровеют»:** развивать координацию движений» физические качества.

**Д/и «Укрась фартук»:** Учить составлять декоративные композиции - располагать элементы, подбирая их по цвету, на силуэтах фартука стиле дымковского промысла, развивать чувство симметрии, ритма, наблюдательность, творчество.

**Пальчиковая гимнастика «Моя семья»**

Цель: развивать мелкую моторику рук.

**Завтрак.**

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

**Отгадывание загадок** о спорте и спортивном инвентаре. **Цель:** развивать познавательный интерес к спорту и ЗОЖ

**Прогулка.**

Наблюдение за небом и тучами **Цель:** разобрать понятие «туча», раскрыть зависимость погоды от наличия туч на небе.

П\и «Воробушки и автомобиль». **Цель:** развивать умение действовать по сигналу, спрыгивать с высоких предметов, мягко приземляться.

Игры малой и средней подвижности: «Мышки в кладовой», «По ровненькой дорожке », «Клубок».

Индивидуальная работа с детьми ( Настя Л.; Руслан, Миша «Ходьба с выполнением заданий». **Цель:** развивать двигательную активность.

**Трудовая деятельность** – уборка территории.

**Цель:** учить детей трудиться в коллективе.

.

**2 половина дня**

Гимнастика после сна.

**Дид./ игра: "Одень куклу на прогулку":** закреплять представления о предметах одежды; учить подбирать подходящую одежду для погоды.

**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.

**Индивидуальная работа: «Моё тело»** (покажи части тела). **Цель:** формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности у Вики, Валерии, Даши и Алеши.

**Игра – конструирование: « Больница для зверят»:** развивать конструктивные навыки, фантазию, умение работать сообща.

**П\и «Самолёты». Цель**: воспитывать дружеские отношения.»

**Чтение Э. Успенский** «Дети, которые плохо едят в детском саду». Цель: подвести воспитанников к пониманию о заботе о своём здоровье.

**Прогулка**

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.

**Беседы по запросам родителей.**

**Информация для родителей «Здоровый образ жизни в семье — залог здоровья ребенка».**