План-конспект

организации и проведения утренней гимнастики с детьми средней группы «Солнышко лучистое»

Задачи:

1. Вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.
2. Повысить работоспособность организма. 3. Способствовать формированию правильной осанки.

Материалы и оборудование:

- Музыкальный центр;

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | И. п. ноги уже ширины плеч, ходьба на месте | 10 раз |  | 2 – Выдох | Эй, Лежебоки, ну-ка вставайте! на зарядку выбегайте! |
| 2. | И. п. Ноги на ширине плеч, потягивание (руки тянем вверх, становимся на носочки, глубоко вдыхаем носом; | 5 раз |  | 2 – Выдох | Хорошенько потянулись, наконец-то вы проснулись. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Содержание | Дозировка | Темп | Дыхание | ОМУ |

Вводная часть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Выход в зал под марш колонной | 1 мин. |  |  | Ребята, встаньте возле веревочки лицом ко мне. Пусть ваши ножки подружатся с верѐвочкой. |
|  |  |  |  |  |  |
| 2. | Ходьба. | 1 круг. | Обычный |  | По групповой комнате пошли.  Шагают наши ножки по ровненькой дорожке. Выше ножки! Выше ножки! Мы шагаем по дорожке. |
| 4. | Ходьба на носках. | 1 круг. | Обычный |  | Идем на носках. |
| 5. | Ходьба с высоким подниманием колен. | 1 круг. | Обычный |  | Идѐм высоко, поднимая колени, «как лошадки». |

Основная часть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | выдыхаем ртом, опуская руки и наклоняясь вперед) |  |  |  |  |
| 3. | Дети разводят руками и отвечают; ходьба на месте продолжается | 5 раз |  |  | Отвечаем:  -Все готовы! |
| 4. | Отвечают дети и разводят руки; ходьба на месте продолжается | 5 раз |  | 2 - Выдох | Все здоровы?!  -Я не слышу!  -Все здоровы! |
| 5. | О.с круговые движения руками в право | 7 раз |  | Произвольное | Солнышко лучистое любит скакать, |
| 6. | О.с круговые движения руками в лево | 7раз |  |  | С облачка на облачко перелетать! |
| 7. | И. п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе; 1отводим правую руку в сторону, левая на поясе; 2 –отводим правую руку в сторону, левая на поясе;3-  Отводим правую руку в сторону, левая на поясе; 4- отводим левую руку в сторону, правая рука на поясе; 5 –отводим правую руку в сторону, левая на поясе | 5 раз |  | 2 – Выдох | Раз, два ,три ,четыре, раз, два, три, четыре! Раз, два, три, четыре, пять! |
| 8. | И. п.ноги на ширине плеч, вращение прямыми руками вперед | 3 раза |  | 2 – Выдох | Все разрабатываем руки! Нету места больше скуки! |
| 9. | И. п. ноги на ширине плеч, ставим кисти рук к плечам, вращение | 3 раза |  |  | Все разрабатываем плечи, чтоб походу было легче! |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | плечами |  |  | 2 – Выдох |  |
| 10. | И. п. ноги шире ширины плеч, руки на поясе; поочередное сгибание колен, начиная с правого, не отрывая ступней ног от пола. | 3 раза |  | 2 - Выдох | Все разрабатываем ноги, чтоб не уставать в дороге. |
| 11. | И. п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. Поочередное кивание головой в правую и левую сторону | 3 раза |  | Произвольное | Все разрабатываем шею, что бы пелось веселее. |
| 12. | О.с круговые движения руками в правую сторону. | 7 раз |  |  | Солнышко лучистое любит скакать! |
| 13. | О.с круговые движения руками в левую сторону. | 7 раз |  | 2 – Выдох | С облачка на облачко перелетать. |
| 14. | И. п. ноги на ширине плеч, руками делаем «ножницы» | 7 раз |  | 2 – Выдох | Все вместе!  Раз, два, три, четыре ,раз ,два ,три ,четыре, раз, два, три, четыре ,пять! |
| 15. | И. п. ноги на ширине плеч, руками делаем «ножницы» | 7 раз |  | 2 – Выдох | Раз ,два, три, четыре ,раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре, пять! |
| 16. | И. п. ноги шире ширины плеч, руки по швам; наклоняемся, дотрагиваемся руками пола, выпрямляемся | 2 раза |  | 2 - Выдох | Так, приготовились, сей момент, очень важный элемент  Надо пополам согнуться и руками земли коснуться! |
| 17. | О.с круговые движения руками в правую сторону. | 7 раз |  | Произвольное | Молодцы! Все  постарались, разогнулись, отдышались. |
|  |  |  |  |  | Солнышко лучистое любит  скакать |
| 18. | О.с круговые движения руками в левую сторону. | 7 раз |  |  | С облачка на облачко перелетать! вот так вот |
| 19. | И. п. ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; 1-2поднимаем руки через стороны вверх, шевеля пальчиками, показывая «Солнышко»; 34-шевеля пальчиками, опускаем руки | 7 раз |  | 2 – Выдох | Раз, два, три ,четыре, раз, два, три ,четыре! Раз, два, три, четыре, пять! |

Заключительная часть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Ходьба медленная. Дыхательные упражнения | 2 мин |  |  | А теперь ходим медленно по кругу, вдыхаем через носик, выдыхаем ротиком. |

* **«Прием пищи»**

**Цель:** Обеспечить рациональное питание всех детей, учить их  правильно есть, воспитывать культурно-гигиенические навыки еды (самостоятельно  и аккуратно кушать, пользоваться салфеткой, не крошить хлеб, задвигать стул,  благодарить после еды, полоскать рот), воспитывать благоприятное отношение к  приему пищи.  
**Проведение:**  
  - «Дети, все, кто помыл ручки,  садитесь за столы. Сядьте ровно, ножки поставьте прямо, локти на стол не  кладем.  
 *Все ровненько сидят,*  
 *Ножки вместе стоят,*  
 *Глазки в тарелку глядят,*  
 *Локти убраны со стола,*  
 *Тихо кушает детвора.*  
 *Дети! Пришел сегодня в гости*

*Не доктор Айболит*

*Пришел сегодня в гости-*  
 *Хороший Аппетит!*  
 *Всем приятного аппетита!»*

  Во время еды слежу, чтобы дети правильно  держали ложку, ровно сидели, кушали молча.   
  Рассказываю, как полезно, когда  дети кушают: они быстро растут, никогда не болеют.  
  Детей, которые не едят, пытаюсь  убедить в том, что нужно хотя бы немного покушать (если у них нет причины не  есть).   
  Тех ребят, которые едят медленно  или не умеют есть, докармливаю отдельной ложкой.   
  Ребенку, который поел, говорю:  «Даша, возьми салфетку и вытри ротик, не забудь сказать «спасибо» и задвинуть  стульчик».

**Конспект занятия для детей младшей группы в детском саду**

**«Игровые занятия с детьми младшего возраста»**

Играм – развлечениям в первой младшей группе уделяется наиболее серьезное внимание. Необходимо проводить их ежедневно, разделяя детей на подгруппы или индивидуально. Данные рекомендации основаны на современных психологических и педагогических исследованиях.

Это способствует гармоничному развитию ребенка, развивает мускулатуру рук и пальцев, мелкую моторику рук ребенка, развивает подражательные движения, активизирует речь детей, поддерживает у малышей бодрое и радостное настроение, расширяет их кругозор, учит действовать по речевому сигналу.

Игр очень много. Такие как «Коза – рогатая», «По узенькой дорожке», «Прятки», «Догонялки» достаточно широко известны. Ниже, как мне кажется, приведены менее известные игры.

**«Пальчики»**

**Цель**: В веселой игре развивать мелкую моторику.

**Ход занятия:** Занятие проводится с группой детей (6-8 человек). Воспитатель, следуя тексту «потешки» движением своих пальцев показывает, как пальчики пошли в сад, побуждает малыша к подражанию.

Текст «потешки»:

Этот толстый и большой в сад за сливами пошел,

Указательный с порога указал ему дорогу,

Средний палец, самый меткий – он срывает сливу с ветки,

Безымянный поедает,

А мизинчик-господинчик в землю косточку бросает.

**«Заводной цыпленок»**

**Цель**: Повысить эмоциональный тонус детей.

**Ход занятия:** Воспитатель собирает детей вокруг себя, и говорит, что сейчас им что-то покажет. Заводит и пускает заводного цыпленка.

– Зерна курочка клюет – (Обе ладони вместе, отклоняются от себя)

– И цыплятки тут как тут – (Обе руки поочередно «клюют» всеми пальцами, собранными вместе)

– В воду уточка нырнет – (Рука, соединенные указательными пальцами «ныряют» от себя)

– А цыплятки не нырнут – (Большой палец держит средний, безымянный и мизинец, указательный выпрямлен. Рука покачивается из стороны в сторону – грозим пальчиком)

Или используется детская песенка:

Цып-цып мои цыплятки,

цып-цып мои ребятки,

вы пушистые комочки,-

мои будущие квочки)

– это веселит и радует детей, поднимает эмоциональное настроение.

**«Вышли пальчики гулять»**

**Цель**: В веселой игре активизировать движения пальцев рук

**Ход занятия**: Воспитатель усаживает перед собой группу детей(4-6 человек).

Текст «потешки»:

Раз, два, три, четыре, пять (сжимаем руку в кулак, затем по одному пальцу отгибаем)

Вышли пальчики гулять (крутим руку вокруг своей оси)

Раз, два, три, четыре, пять (сжимаем по одному пальцы в кулак)

В домик спрятались опять (соединяем два кулака вместе, изображая «домик»).

**«Паровоз»**

Дети очень любят эту игру, на группы делить детей не нужно. Играют обычно все активно.

**Цель**: вовлечь в игру малоподвижных детей, вызвать эмоциональный подъем, создать радостное настроение, учить играть вместе, весело и дружно, активизировать речь детей.

**Ход занятия:** Воспитатель предлагает детям поиграть и начинает:

«Чух-чух, чух-чух-мчится поезд во весь дух» (руками показывает движение колес поезда).

Дети держатся за воспитателя и за пояс друг друга, образуя «поезд». Воспитатель останавливается:

«Паровоз, паровоз, что в подарок нам привез?»

Дети: «Мишку».

Хором рассказываем стихотворение «Мишка косолапый по лесу идет…». Дети имитируют движения согласно тексту.

Повторяем игру, имитируя любые любимые стихи.

Например:

«Зайка серенький сидит и ушами шевелит.

Вот так, вот так, он ушами шевелит,

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

вот так, вот так, надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять. Надо Зайке поплясать,

вот так, вот так, надо Зайке поплясать»

и так далее.

Игры – развлечения необходимы для развития детей, они создают эмоциональный подъем и живой интерес к игре.

Готовясь к очередному занятию с детьми, я прочитала притчу, которая, на мой взгляд, очень хорошо отвечает на вопрос — «Зачем мы используем игры в работе с детьми первой младшей группы?»: я пытался достичь сердца ребенка словами, они часто проходили мимо него неуслышанными.

Я пытался достичь его сердца книгами, он бросал на меня озадаченные взгляды. В отчаянии я отвернулся от него. Как я могу пройти к сердцу этого ребенка?» – воскликнул я. Он прошептал мне на ухо: «Приди, поиграй со мной!».

***Первая младшая группа (2-3-ий годы жизни). Подвижные игры с бегом.***

## *«Звоночек»*

***Цель игры:*** *Учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую, не наталкиваясь друг на друга.*

***Описание игры:*** *Дети стоят полукругом перед воспитателем, за спиной у неё звоночек (бубен, барабан, погремушка), который она показывает детям и быстро прячет, спрашивая, что они ви­дели. Затем, звоня, перебегает на другую сторону и говорит: «Я бегу, бегу, бегу и в звоночек я звоню!». Кладет звоночек сза­ди себя, широко разводит руки в стороны и зовет детей: «Все сюда скорей бегут и звоночек мой найдут!». Дети бегут. Тот, кто первый найдет игрушку, звонит и отдает воспитателю.*

**«Заінька»**

**Мэта: развіваць увагу, спрыт, каардынацыю рухаў, хуткасць рэакцыі.**

**Апісанне гульні: дзеці бяруцца за рукі і ўтвараюць круг. У сярэдзіне — заінька. Усе спяваюць:**

**З**аінька бялюсенькі,

Заінька шарусенькі!

Праскачы у дзірачку

Ды не пабі спіначку!

На гэтыя словы зайчык імкнецца выскачыць з круга, але дзеці не пускаюць і хутка прысядаюць, як толькі ён набліжаецца да каго-небудзь з іх.

Пасля гэтага дзеці спяваюць далей:

Заінька, павярніся,

Шэранькі, павярніся!

Тупні ножкай, паскачы

Ды ў далоні запляшчы!

Пры заканчэнні песні ўсе павінны запляскаць у далоні. Гэтым момантам карыстаецца зайка: ён хапае каго-небудзь з дзяцей і хутка становіцца на яго месца. Той, хто застаўся без месца, павінен выконваць ролю заінькі.

Правілы гульні: пры пабліжэнні заінькі ігракі павінны хутка ўзяцца за рукі, калі яны не паспеюць зрабіць гэтага, той, да каго дакрануўся зайчык, займае яго месца.

Лясь, лясь, уцякай!

Мэта: удасканальваць навыкі бегу, мяняючы тэмп і напрамак. Развіваць спрыт, хуткасць.

Апісанне гульні: дзеці ходзяць па пляцоўцы, збіраюць кветкі, плятуць вянкі. Некалькі дзяцей выконваюць ролю конікаў, яны стаяць у баку на некаторай адлегласці ад дзяцей. На словы:

Лясь, лясь, уцякай!

Цябе коні стопчуць.

А я коней не баюся

Па дарозе пракачуся.

дзеці ўцякаюць, конікі скачуць на палачцы і імкнуцца дагнаць іх.

Пры паўторы гульні дзеці і конікі мяняюцца ролямі.

Правілы гульні: уцякаць патрэбна толькі пасля слова «пакачуся», ігрок, якога дагоніць конік, часова выбывае з гульні.

**Конспект подвижной игры «Лошадки» для средней группы**

**Задачи:**

1. Закрепить навык ходьбы и бега с высоким поднимание колен
2. Развивать произвольное внимание посредством речевой установки
3. Воспитывать умение работать в паре

**Оборудование:**игрушка - лошадка.

**Методы и приёмы:** наглядный, словесный.

**Ход игры:**

***Воспитатель****:* Дети, посмотрите, кто это у меня в руках? (показываю игрушку – лошадку)

***Дети:*** Лошадка!

***Воспитатель****:* Правильно, это лошадка.

А давайте вспомним стихотворение про лошадку. (Читает стихотворение.)

*Я люблю свою лошадку,*

*Причешу ей шёрстку гладко,*

*Гребешком приглажу хвостик*

*И верхом поеду в гости.*

Дети слушают педагога, рассматривают игрушку. Читают стихотворения вместе с педагогом.

Воспитатель прикладывает к уху лошадку и слушает её задание.

***Воспитатель****:* Ребята, у лошадки есть для нас задание, вы готовы его выполнить?

***Дети:*** Да!

***Воспитатель****:* Лошадка сказала, что нам нужно встать по парам. Найдите себе пару.

-Я посажу лошадку, и она будет за нами наблюдать. (кладет лошадку)

-Ребята, сейчас мы с вами будем лошадками и возчиками. Будьте внимательны, аккуратны и слушайте меня.

-Берем того, с кем вы стоите в паре за пояс, как мы, и тот, кто стоит впереди вы лошадки, а тот, кто сзади – возчик.

- Лошадки руки кладем на пояс, голову держим прямо и идем высоко поднимая колени, как я, посмотрите.

- А теперь давайте все вместе. Возчики, держим своих лошадок. (воспитатель ведет детей по залу приговаривает)

*Поехали, поехали*

*с орехами, с орехами*

*к дедке по репку,*

*по пареньку,*

*по сладеньку,*

*по горбатеньку.*

***Воспитатель****:* Гоп, гоп, гоп… Цокаем языком, как я (цокает языком)

-Тпру – у… Стоп, остановились.

- Теперь мы будем бегать и высоко поднимать колено, как я, посмотрите

- А теперь все вместе. (задание повторяется)

Идет повторение задания, но с использованием бега. Дети слушают педагога и отвечают на вопросы. Дети встают по парам. Дети – возчики берут детей – лошадок за пояс. Дети – лошадки кладут руки на пояс. Выполняют ходьбу с высоким подниманием колен. Цокают языком. Останавливаются. Слушают педагога. Выполняют бег с высоким поднимание колен.

**Подведение итогов:**

Воспитатель берет лошадку и прикладывает к уху.

***Воспитатель****:* Ребята, лошадка сказала, что мы молодцы, правильно выполняли задания. Хорошо поработали в парах.

**Конспект подвижной игры «Агароднік» для средней группы**

**Задачи:**

1. Содействовать адаптации функциональных возможностей

организма к различным по характеру и объему физических нагрузок;

1. Совершенствовать представления о различных видах овощей (репа),
2. Совершенствовать навыки ходьбы и бега по кругу, изменяя темп и направление;
3. Развивать внимание;
4. Воспитывать интерес к народному фольклору.

**Оборудование:** не требуется.

**Методы и приёмы:** наглядный, словесный.

**Игровые правила:** огородник не должен знать, какой ребенок назван репой. Угадать ребенка (репу) он может три раза. Если не угадает, огородника меняют.

**Ход игры:**

***Воспитатель:*** Ребята, а вы знаете, чтобы быть сильными, здоровыми и красивыми нужноесть что?

***Дети:*** Овощи, фрукты, молоко, кашу.

***Воспитатель****:* А где их больше всего?

***Дети:*** В овощах и фруктах

***Воспитатель:*** Давайте вспомним названия овощей и фруктов.

Педагог читает детям загадки.

***Воспитатель****:*

Как надела сто рубах, Захрустела на зубах.

***Дети:***Капуста.

***Воспитатель****:*

Наши поросятки выросли на грядке, К солнышку бочком, хвостики крючком. Эти поросятки играют с нами в прятки. ***Дети:***Огурцы.***Воспитатель****:* Этот фрукт на вкус хорош И на лампочку похож. ***Дети:***Груша.***Воспитатель****:* Молодцы ребята! Давайте с вами сыграем в игру.  *–*Каждый из вас называет себя каким-нибудь овощем. Это может быть репа, морковка, редька, лук, редиска- и становитесь в круг. Один из вас будет огородником. Первым “огородником” буду я. Огородник должен угадать, кто из вас назвал себя репой. Если я угадаю правильно, репа должна убежать. Иначе огородник поймает ее и поведет в свой огород.

Воспитатель выходит на середину круга и стучит палкой по земле (полу). ***Дети:*** Кто там? ***Воспитатель*** Огородник! ***Дети:*** За чем пришел? ***Воспитатель*** За репой!

***После такого ответа все ведут хоровод и поют:*** Сверху репа зеленая,В середине толстая К концу острая.Прячет хвост под себя.Кто к ней не подойдет,Всякий за вихрь возьмет.

Воспитатель правильно указывает на “репу”. Догоняет ребенка. После дети начинают заново игру.

После игры дети строятся в одну шеренгу. Дыхательные упражнения на восстановление дыхания.

Стихи

«Мыло»

У мыла есть забота,

Мыло ходит на работу.

Сашу мылит, отмывает,

Часто в гости приглашает.

Приглашенье принимай,

Мыльце ты не забывай.

«Мыло»

Мыло душистое, белое, мылкое,

Мыло глядит на грязнулю с ухмылкою:

Ты бы, грязнуля, вспомнил про мыло –

Мыло тебя, наконец, бы отмыло.

                                                                         Я. Аким

МЫЛО

Каждый день

Я мыло мою

Под горячею водою

И в ладонях поутру

Очень сильно тру.

Мойся, мыло,

Не ленись!

Не выскальзывай,

Не злись!

Ты зачем опять упало?

Буду мыть тебя сначала.

Р.Куликова

«Зубная щетка»

Я щетка – хохотушка,

Зубам твоим подружка.

Люблю все убирать,

Мести и вычищать.

«Тюбик с зубной пастой»

Здравствуйте, друзья!

Я тюбик.

И совсем я не опасен,

Мятный запах мой прекрасен.

Я не жадный, - говорю.

Пасту всем свою дарю.

Чтоб улыбка засияла белизной,

Вы, ребята, подружитесь и со мной!

                \*\*\*

Знает чуть ли не с пелёнок

 Каждый маленький ребёнок,

 Что от всех зубных напастей

 Помогают щётка с пастой.

 Неужели свои зубы

 По утрам и вечерам

 Ты зубной не чистишь пастой?

 Это стыд, позор и срам!

                \*\*\*

 Надо, надо чистить зубки по утрам,

 И тогда ходить не будем по врачам.

 Ну, а если их ещё почистить вечером,

 У врача нам точно делать будет нечего!

 Если чистишь зубки ты свои любя,

 Стоматологи забудут про тебя!

КТО НЕ УМЫВАЕТСЯ

Кто горячей водой умывается,

Называется молодцом.

Кто холодной водой умывается,

Называется храбрецом.

А кто не умывается,

Никак не называется.

УТРЕННИЙ ПРИКАЗ

Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу, оба глаза!

Мойтесь уши, мойся шейка.

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

Грязь, смывайся!

Грязь, смывайся!

Э.Мошковская

                \*\*\*

Водица, водица,

Умой наши лица,

Умой наши щёчки,

Умой наши губки,

Умой наши зубки,

Умой наши ручки!

                \*\*\*

Водичка, водичка,

Умой моё личико,

Чтоб глазки блестели,

Чтоб щёчки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Загадки

Зубная щётка

Костяная спинка,

Жесткая щетинка, С

 мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.

                \*\*\*

Хвостик - из кости,

 А на спинке - щетинка.

                \*\*\*

 Худая девчонка –

 Жесткая чёлка,

 Днём прохлаждается.

 А по утрам да вечерам

 Работать принимается:

 Голову покроет

 Да стены помоет.

Зубная паста

 В пещеру затекла,

 По ручью выходит –

 Со стен всё выводит.

Полотенце

Вафельное и полосатое,

 Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое?

                \*\*\*

Вытираю я, стараюсь,

 После бани паренька.

 Все намокло, все измялось -

 Нет сухого уголка.

                \*\*\*

Говорит дорожка -

Два вышитых конца:

 «Помойся хоть немножко,

Чернила смой с лица!

 Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня».

                \*\*\*

 На стене висит, болтается,

 Всяк за него хватается.

Расчёска

Зубастая пила

 В лес густой пошла.

 Весь лес обходила,

 Ничего не спилила.

                \*\*\*

Зубов много, а ничего не ест.

                \*\*\*

Хожу-брожу не по лесам,

 А по усам, по волосам,

 И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.

                \*\*\*

Мы ей пользуемся часто,

 Хоть она, как волк, зубаста.

 Ей не хочется кусать,

 Ей бы зубки почесать.

                \*\*\*

Целых 25 зубков,

 Для кудрей и хохолков.

 И под каждым, под зубком –

 Лягут волосы рядком.

                \*\*\*

 Светло поле-сторона,

 Идёт по полю борона,

 Пшеницу разгребает,

 Порядок соблюдает.

                \*\*\*

 Чистый, зубастый

 Вцепится в чуб вихрастый

                \*\*\*

На грабли сильно похожу:

 На ручке - зубья и доска.

 По голове я похожу -

 Всё расчешу до волоска.

 Чтоб понравилась прическа,

 Пусть потрудится.. ( расческа).

                \*\*\*

 Все она по волосам,

 Ходит тут и ходит там,

 Где проходит, не спеша

 Там причёска, хороша!

                \*\*\*

 Если волосы запутал –

 Я могу за три минуты

 Расчесать их – без вопросов!

 А потом – плетите косы,

 Делайте хвосты, причёски –

 Всё благодаря … (расчёске)!

     Волосы и расческа

 Деревянный забор

 Ограждает двор,

 Во дворе – табун коней,

 А в заборе – сто дверей,

 Чтобы выбраться на волю

 Да побегать в чистом поле.

 Кони ринулись волной,

 Потекли живой рекой.

Мыло

Похоже на пряник и разного цвета,

 Собрало в себе запах трав всего света.

 Ребята охотно им моют ладошки,

 Не любят его лишь собаки и кошки.

                \*\*\*

 Даю вам чистоту и пену,

 И уменьшаюсь постепенно.

                \*\*\*

 Гладкий, скользкий и овальный,

 Обитает часто в ванной.

 В руки к каждому идёт,

 И от этого – умрёт.

                \*\*\*

 Познакомиться готов?

 Я бываю всех цветов.

 Ручки моешь? Очень мило,

 Значит, пригодиться…(мыло)

                \*\*\*

Не люблю грязнуль, нерях,

 Грязных шортиков, рубах.

 Чтоб без сажи были лица,

 Предлагаю всем умыться.

 А чтоб тело чистым было,

 Вам поможет в этом ..(Мыло)

                \*\*\*

 Пузырило пенится

 На Водице женится.

 По ладоням катится-

 Грязь в испуге пятится.

                \*\*\*

Полотенца давний друг

 Враг немытых, грязных рук.

                \*\*\*

    В пластмассовой избушке

 Живёт волшебница-Старушка.

 Пузырями щёки дует,

 Над грязюкою колдует.

 От Старухи Грязь-

 Убегает враз.

                \*\*\*

  У Грязнули и Неряхи

 Моет майки и рубахи.

 Моет щёки, волоса

 И кусает как оса.

                \*\*\*

Пускать пузыри соберёшься

 Без меня не обойдёшься.

 Скользкое на ощупь.

 Я сияю глянцем.

 Награжу детишек

 Розовым румянцем.

                \*\*\*

 Если руки в грязных точках

 И вода их с рук не смыла,

 То тебе поможет точно

 Смыть грязь с рук конечно...(Мыло).

      Ускользает, как живое,

 Но не выпущу его я,

 Белой пеной пенится,

 Руки мыть не ленится.

Игра – имитация «Санитарная песенка»

1. Льется чистая водица,

Мы умеем сами мыться.

Вот так! Вот так!

Вот так! Вот так!

2. Моем шею, моем уши,

После вытремся посуше.

Вот так! Вот так!

Вот так! Вот так!

Торжественное обещание

Чтобы в грязнулю и неряху

Мне не превратиться,

Обещаю каждый день чисто, чисто… (мыться).

Быть хочу я очень чистой,

А не черной галкой,

Обещаю я дружить с мылом и … (мочалкой).

А еще, два раза в сутки

Обещаю чистить … (зубки).

Обещаю всем кругом

Быть послушным малышом.

Ходить чистым и опрятным

Очень, очень… (аккуратным).

Стихи Г. Остера

Нет приятнее занятья,

Чем в носу поковырять.

Всем ужасно интересно,

Что там спрятано внутри.

А кому смотреть противно,

Тот пускай и не глядит.

Мы же в нос к нему не лезем,

Пусть и он не пристает.

Никогда не мойте руки,

Шею, уши и лицо.

Это глупое занятье

Не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки,

Шея, уши и лицо,

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять.

Стричься тоже бесполезно,

Никакого смысла нет.

К старости сама собою

Облысеет голова.

Если руки за обедом

Вы испачкались салатом

И стесняетесь о скатерть

Пальцы вытереть свои,

Опустите незаметно

Их под стол, и там спокойно

Вытирайте ваши руки

Об соседские штаны.

# Пословицы и поговорки о здоровье и гигиене

 истота – лучшая красота.  
• Чистота – залог здоровья.  
• Чисто жить – здоровым быть.  
• Чистая вода – для хворобы беда.  
• Человек от лени болеет, от труда здоровеет.  
• Труд человека кормит, а лень портит.  
• Здоровье дороже богатства.  
• В здоровом теле – здоровый дух.  
• Здоровье всему голова.  
• От лени болеют, от труда здоровеют.  
• Физкультура и труд – здоровье несут.  
• Труд – здоровье, лень – болезнь.  
• Река начинается с ручейка, а спорт с зарядки.  
• Спорт сочетаешь с делом – здоров душой и телом.  
• Долог день до вечера, коли делать нечего.  
• Здоровье за деньги не купишь.  
• Крепок телом – богат и телом.  
• От простой воды и мыла  
• У микробов тают силы.  
• Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.  
• Улыбка – это залог хорошего настроения.  
• Сон – лучшее лекарство для человека.  
• Курить – здоровью вредить .

 Гигиена – не мука, гигиена – не скука, а важная наука.

 Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

 Вода все очищает.

 Чистота – залог здоровья.

 Крепок телом – богат и делом.

 Болезнь с грязью дружат.

 Мойте руки перед едой – будете здоровы!

 Мыло серое, а моет бело.

 Чистая вода для хвори беда.

 Если хочешь быть здоров, закаляйся!

 Где вода, там и жизнь.

 Кто аккуратен, тот людям приятен!

 Здоровье за деньги не купишь.

 Чаще мойся – воды не бойся!

 Здоровье дороже богатства.

 В здоровом теле – здоровый дух.

 Не рад больной и золотой кровати.

 Чистота – лучшая красота!

 Не тот спортсмен, кто в детстве прыгает, а тот, кто под старость бегает.

 Каждая вещь должна иметь своё место.

 Холода не бойся, сам по пояс мойся.

 Неоконченные дела всегда выводят из равновесия.

 Чем крепче сон, тем ярче мысли.

Конспектдидактическойигры

**Тема «Деревья родного края».**

Программное содержание:

1.Уточнить и расширить представления детей о  деревьях;

2. Продолжать воспитывать любовь к деревьям, бережное и заботливое отношение к ним;

3. Уточнить с детьми  понятие «кора», для чего она служит дереву;

4. Учить узнавать по внешнему виду дерево, его возраст (дать понятие, что даже старое дерево растет, появляются молодые веточки, кора на них молодая, тонкая, гибкая, нежная в отличие от коры старого дерева);

5. Закрепить названия профессий людей, занимающихся изучением и уходом за лесом, за птицами, за животными;

6. Уточнять и расширять знания о том, для чего нужна древесина и что изготавливают из  деревьев;

Предварительная работа:

1. Экскурсия по участкам детского сада,  с рассматриванием цвета коры у разных деревьев, обратив внимание на возраст дерева, его породу, величину;

2. Наблюдение за птицами на деревьях;

3. Беседа о том, что производят из древесины.

4. Домашнее задание детям и их родителям, найти материал о деревьях.

Материал: Кусочки коры деревьев (березы, ели, осины, сосны); кусочки смолы, веточки тополя; лист бумаги с изображением зимнего и летнего дерева, образцы предметов, сделанных из бересты, липы.

Ход занятия.

Воспитатель: Дети, сегодня к нам в группу пришло письмо от лесника. Он мне передал для вас конверт со шкатулкой. Давайте, почитаем письмо и узнаем, о чем в нем говорится (читает письмо, в котором загадка).

«Нам в дождь и зной поможет друг, зелёный и хороший

Протянет нам десятки рук и тысячи ладошек» (Дерево)

Дети: Дерево.

Воспитатель: Совершенно верно, это дерево (показывает картинку). Что вы знаете о деревьях? Воспитатель: Я вам давала поручения узнать что-нибудь интересное о деревьях. Кто - что сможет рассказать?

Как вы думаете, дерево живое или нет?

Дети: Живое.

Воспитатель: Почему вы так думаете?

Дети: Потому что оно дышит, питается, растет и размножается.

Воспитатель: А как дышит дерево?

Дети: Листьями.

Воспитатель: Правильно, листьями. Дерево вдыхает в себя  грязный воздух, который выбрасывают заводы, фабрики, машины, а отдает кислород - это чистый воздух, необходимый для жизни людей.

Дидактическая игра «Отгадайте, что за дерево».

Задание «Выложи части дерева»

Из отдельных частей выложить дерево и правильно назвать его части (крона, листья, ветви, ствол, корни).

Сюрпризный момент «внесение шкатулки»

Воспитатель: Откроем шкатулку и посмотрим, что там находится (показывает образцы коры, раскладывает их на столе). Дети, как вы думаете, что это?

Дети: Кора.

Воспитатель: Правильно, это кора. Для чего дереву нужна кора? Как вы думаете?

Дети: Кора защищает дерево.

Воспитатель: А от чего она его может защищать?

Дети: От солнца, мороза, ветра, от того, чтобы сок не вытекал.

Воспитатель: А как вы думаете, кора защищает только ствол дерева?

Дети: Нет, и ветки.

Воспитатель: Давайте посмотрим, что же такое кора и что под ней находится. «Разденем» веточку (осторожно, придерживая рукой, отделяет часть кожицы). Что находится под ней?

Дети: Древесина.

Воспитатель: А какая сама кожица?

Дети: Тонкая, гибкая, мягкая.

Воспитатель: Да, мы легко отделим её от древесины. Дети, вы сказали, что корой покрыто все дерево: и ствол, и ветки. Почему же хочется сказать, что на ветках кожица?

Дети: Потому что кора жесткая, толстая, а кожица тонкая, мягкая.

Воспитатель: Кожица- это тонкая кора, только молодая. Как вы думаете, как можно определить возраст дерева по коре?

Дети: Верно, чем дерево старше, тем кора тоньше, тверже.

Воспитатель: Давайте посмотрим на кусочки коры на этом столе. Найдите кору молодого дерева. Объясните, почему вы так думаете? Какая она?

Дети: Потому что она тонкая, мягкая.

Воспитатель: Найдите кору старого дерева. Объясните, почему? Посмотрите и скажите, с каких пород деревьев эта кора?

Дети рассматривают кору деревьев.

Дети: Старая кора толстая, жесткая (дети находят и определяют кору деревьев).

Воспитатель: Как вы думаете, зачем человеку нужно знать возраст дерева?

Дети: Чтобы спилить старые деревья на дрова, на строительство домов, на изготовление мебели, бумаги.

Воспитатель: А какие деревья нужно спиливать в лесу, кроме старых?

Дети: Больные.

Воспитатель: Как узнать, что дерево болеет?

Дети: Листья вянут, кора трескается.

Воспитатель: А от чего болеют деревья?

Дети: Поселились вредные насекомые.

Воспитатель: Как вы думаете, кто лечит деревья?

Дети: Дятел.

Воспитатель: Правильно, дятел. Кто знает, как называют дятла?

Дети: Лесной доктор.

Воспитатель: А от чего ещё болеют деревья?

Дети: Кто-то порезал кору, сломал ветку.

Воспитатель: Да, дети, кто так поступает приносит большой вред деревьям. Дерево плачет. Ранней весной многие люди собирают берёзовый сок: сделают надрез, и сок стекает, набирают нужное количество и уходят. А сок продолжает течь. Спустя некоторое время на этом месте образуется красная полоса. В народе говорят: «Береза плачет кровавыми слезами». Но мало кто знает, что после сокосбора необходимо замазать глиной ранку на стволе дерева, чтобы оно не погибло. Березовый сок, дети, очень полезен, богат витаминами. А у сосны и ели сок на воздухе затвердевает, и получается смола. Из смолы делают алей. Давайте понюхаем кусочки коры.

Воспитатель: Что нам напоминает этот запах? Кто по запаху определит сосновую кору? Как ты догадался?

Дети: Она пахнет смолой.

Физминутка «Деревья».

        Руки подняли и покачали-

        Это деревья в лесу.

        Руки нагнули, кисти встряхнули

        Ветер сбивает росу.

        В стороны руки, плавно помашем

        Это к нам птицы летят,

        Как они сядут, тоже покажем

        Крылья сложили назад.

Экскурсия в музей «Чудеса леса»

Я вас приглашаю в музей «Чудеса леса»  (Дети подходят к выставке поделок из дерева). Ребята, я хочу поговорить с вами о том, как человек использует в своей жизни дерево. Как вы думаете, какую пользу приносит дерево человеку? Как же человек может использовать дерево?

Дети: Из дерева делают мебель, бумагу…

Воспитатель:  А ещё есть специальные люди, которые занимаются изучением и уходом за лесом, за птицами, за животными и деревьями. Кто знает, как называется эта профессия?

Дети: Лесник.

Воспитатель: Вот он и знает, какое дерево необходимо убрать и что из какого дерева можно сделать. Мы с вами говорили, что древесина идет на постройку домов, на изготовление мебели, бумаги. Что же можно сделать из коры деревьев? Посмотрите на эту выставку, она вам поможет найти ответы.

Дети называют изделия, сделанные из коры дерева.

Воспитатель: Верно, из коры дерева изготавливают различные художественные поделки. А еще в древние времена, когда не было бумаги, люди писали письма на обратной стороне коры березы, и называлось такое письмо «Берестяная грамота». Из коры липы плели лапти.

Воспитатель:  Лесник просит вас выполнить задание: обвести по точкам и раскрасить зимнее дерево и летнее.

Воспитатель: Вот видите, сколько, интересного мы узнали на занятии. Деревья - это украшения нашей земли. Так давайте же беречь их!

**Конспект прогулки "Солнышко на травке" в средней группе**

**Задачи:**

* пополнить знания о первых цветущих растениях, закрепить их названия;
* продолжать учить рассматривать растение на примере одуванчика, выделяя его части: стебель, корень, лист, цветок;
* воспитывать бережное отношение к первоцветам, желание ухаживать за ними.

**Оборудование:** загадки, картинки с изображениями первых цветов (нарцисса, тюльпана, крокуса), цветные мелки*.*

**Ход занятия:**

**Воспитатель**. Ребята, какое время года наступило?

**Дети**. Весна.

**Воспитатель.** Как вы догадались?

**Дети.** Растаял снег.

**Воспитатель**. Как одеты люди весной?

**Дети.** Легко. Сняли шубы и надели пальто, вместо варежек перчатки.

**Воспитатель.** Теплое весеннее солнышко растопило снег и лед, превратило их в талую воду. Весенние талые воды напоили растения — вот они и проснулись, зазеленели. Расцвели первые весенние цветы: нарциссы, тюльпаны, крокусы. (Показывает их на картинках.)

(Воспитатель ведет детей к одуванчикам.)

Ребята, отгадайте загадку. Что это за цветок?

Был он желтым, станет белым,

Только дунет ветерок —

К облакам взлетит он смело,

Он летающий цветок.

**Дети.** Одуванчик.

**Воспитатель.** Сейчас цветок какого цвета?

**Дети**. Желтого.

**Воспитатель.**Когда он будет белым?

**Дети.** Летом.

**Воспитатель**. Солнышко пригрело землю, разбудило зеленую травку, а вместе с зеленой травкой показались на свет и желтые цветы — одуванчики. Открыли они глазки, подняли головки, смотрят на солнышко — улыбаются. Солнышко желтое и одуванчики желтые. Давайте посмотрим, какой у него стебель.

(Дети рассматривают.)

Какой он у одуванчика?

**Дети**. Длинный.

**Воспитатель.**А листья какие?

**Дети**. Тоже длинные.

**Воспитатель**. Цветок какой по форме и цвету?

**Дети.** Круглый, желтый.

**Воспитатель**(читает стихотворение)

Уронило солнце

Лучик золотой,

Вырос одуванчик —

Первый, молодой.

У него чудесный

Золотистый цвет.

Он большого солнца

Маленький привет.

Одуванчик — лекарственное растение. В медицине используют его листья и корни для лечения кашля и улучшения аппетита.

(Воспитатель ведет детей на веранду.)

Сейчас мы проведем физкультминутку.

**Физкультминутка «Одуванчик»**

Одуванчик, одуванчик!

Стебель тоненький, как пальчик.  (Дети приседают, потом медленно поднимаются.)

Если ветер быстрый-быстрый            (Разбегаются в разные стороны.)

На поляну налетит,

Все вокруг зашелестит,

Одуванчика тычинки

Разлетятся хороводом        ( Берутся за руки и идут по кругу.)

И сольются с небосводом.

**Воспитатель**. На зеленой травке одуванчики очень красивы, но не стоит их рвать. Они поникнут, букет завянет, венок из одуванчиков потеряет свою красоту. Давайте возьмем мелки и нарисуем одуванчики на асфальте. (Дети рисуют)

**Воспитатель**.Одуванчики на траве и асфальте останутся и долго будут радовать всех.

# Конспект развлечения в первой младшей группе «Путешествие к лесным друзьям»

Конспект развлечения в первой младшей группе «Путешествие к лесным друзьям»

Программное содержание: учить детей реализации игрового замысла, поддерживать ролевой диалог; **развивать** игровые умения и воображения; продолжать учить подражать повадкам животных; **развитие** театрализованной деятельности; воспитывать положительные взаимоотношения между детьми.

Оборудование: куклы **лесных зверей**, елки, цветочки, искусственные овощи и грибы, письмо, воздушный шарик, маски зайчика, зонтик, обручи, аудиозапись песни *«Паровоз Букашка»*

## Ход развлечения.

- Здравствуйте, ребята. Вы только посмотрите, что это такое у нас за окошком? Красного цвета, овальное, да ещё и висит в воздухе, а на конце верёвочки что то прикреплено, как вы думаете, что это?

-Ответы детей. *(воздушный шарик с письмом)*

-А хотите вы письмо прочитать?

-Да.

-Воспитатель берёт письмо и читает его с детьми разместившись на ковре по кругу. «Дорогие ребята, приглашаем вас к нам в гости в лес, поиграть и по веселиться с **лесными зверятами**. Ваши **друзья-лесные зверушки**».

- Кто хочет отправиться с мной в **путешествие в лес**?

-Ответы детей.

-А на каком виде транспорта мы с вами могли бы отправиться в наше **путешествие**?

-Ответы детей.

-Кто хочет поехать в **путешествие** на волшебном паровозике?

-Ответы детей.

-Тогда давайте вместе построим поезд, кто будете мне помогать? Становитесь скорей друг за другом, вы будете моими вагончиками, а я – главным паровозом!

*(Дети строятся друг за другом)*

- Ну вот, и наш волшебный паровозик готов готов! Все расселись по своим местам? Я сейчас гудок подам!

(Звучит музыка *«Паровоз Букашка»*)

- Вот мы и приехали. Наша станция, куда мы свами попали, называется *«****Лесная****»*. Сейчас мы с вами погуляем и зверушек повстречаем!

Ой, ребята, посмотрите кто это у нас такой грустный сидит и ушами шевелит?

-Ответы детей.

-Правильно ребята, да ведь это же зайчик, но почему то он такой грустный. А давайте его все вместе **развеселим** и мы на время превратимся в зайчиков (проводится игра *«Зайка серенький»*)

- Какие вы все молодцы, **развеселили зайчика**! Вот мы с вами поиграли, поплясали, но надо бы нам с вами и обратно в ребяток превратится!

А пока мы с вами превращались обратно в деток, посмотрите, что я нашла?

-Ответы детей.

-Правильно это зонтик.

Когда светит солнышко,

Можно погулять:

Хлопать, топать весело,

Нам в лесу играть.

Если тучка хмурится

И грозит дождем.

Спрячемся под зонтиком,

Дождик переждем. (проводится игра *«Солнышко и дождик»*)

А кто это к нам идёт и хочет с нами поиграть?

-Ответы детей.

-Правильно, ребята, это Мишка. Хотите с ним поиграть? (проводится игра *«Мишка Косолапый»*)

- Ой, а теперь к нам на полянку прибежал маленький ежик! Посмотрите, как много он собрал себе запасов на зиму в корзиночке! А мы сейчас вами узнаем, что же он там спрятал *(дети достают из корзинки фрукты и называют их)*. –

-Молоды, ребята! Вам понравилось, ребята как с нами поиграл мишка? А зайчик? Но нам пора возвращаться с вами в детский сад. Посмотрите, сколько на полянке цветов! Давайте соберем их, и станцуем веселый танец *(танец с цветочками)*. Но нам пора возвращаться в детский сад. Садитесь в паровозик!

-Все расселись по местам? Я сейчас гудок подам!

-*«Ту-у - ту-у»*. Загудел паровоз и вагончики повез.

Разгоняем колеса *«чу- чу -чу»* *(Звукоподражания стуку колес, с начало медленно а потом быстрее)*

(звучит музыка *«Паровоз Букашка»*)

Но вот и наша остановка, пора нам выходить. Тормозим поезд (звукоподражания *«шшшшш»*… .)

- А вот и наша остановка, мы приехали в детский сад!

-Проводится рефлексия. Где же мы с вами сегодня были, ребята? Кого мы повстречали? Понравилось вам наше сегодняшнее **путешествие**? И т. д.

**ЛИСТ САМООЦЕНКИ (ОЦЕНКИ) ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ВОСПИТАТЕЛЯ ДЕТСКОГО САДА**

Ф.И.О., должность\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **Профессиональные компетенции педагога** | **Самооценка**  **(0-10)** |
| **Академические компетенции** | |
| уметь самостоятельно работать с литературой, анализировать ее | 7 |
| уметь отбирать методы, приемы и материал для работы с детьми | 10 |
| уметь анализировать опыт других, свою педагогическую деятельность | 10 |
| **Социально-личностные компетенции** | |
| уметь устанавливать контакт с детьми, коллегами и проявлять терпимость в общении с ними | Контакт с детьми – 10;  С коллегами – 7. |
| уметь использовать в общении прямые (инструкции, разъяснения) и косвенные (игровые) средства | 10 |
| уметь использовать в общении юмор, шутку и владеть мимикой и пантомимикой | 8 |
| **Профессиональные компетенции** | |
| уметь организовать коллективную деятельность (всей группы), групповую (подгруппы), индивидуальную (отдельных детей) | 9 |
| уметь согласовать свои педагогические воздействия на детей с коллегой | 6 |
| уметь организовать собственную деятельность и изготавливать наглядно-предметное оборудование (для развлечения, игр, занятий и т.д.). | 10 |