

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №172» общеразвивающего вида

Согласовано
Старший воспитатель
_____ Н. С. Костромина
« ____ » _____ 2023г.

Утверждено
Заведующий МБДОУ
_____ А. А.Новикова
« ____ » _____ 2023г.



Воспитатель: МИНАКОВА М.С.

г. Барнаул 2023

Проект «Неделя здоровья» во второй группе раннего возраста №1.

Продолжительность проекта: краткосрочный (1 рабочая неделя).

Тип проекта: познавательно-игровой.

Участники проекта: воспитатели, дети.

Основные формы реализации проекта: беседы, детское творчество, игры,

Возраст детей: вторая группа раннего возраста (с 2 до 3 лет).

Актуальность проекта: уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни.

Цель проекта: оздоравливать детей, формировать основы здорового образа жизни и культурно-гигиенических навыков.

Задачи проекта:

- 1) укреплять и охранять здоровье детей;
- 2) формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
- 3) дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
- 4) дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека, о пользе витаминов.

Ожидаемые результаты проекта:

- 1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 2) дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пище для здоровья человека (во время завтрака, обеда, полдника, ужина), о ценностях

здоровья (подвижные игры, физкультминутки, различные виды гимнастик).

Поэтапная реализация проекта:

Подготовительный этап:

1. Подбор методического материала;
2. Подбор игрового материала;
3. Планирование проекта;
4. Информирование родителей о ходе проекта;
5. Подготовка консультаций для родителей: «Плоскостопие в раннем возрасте», «О пользе витаминов для детского организма».

Основной этап:

Реализация проекта.

Продукты проекта:

Выставки детских работ,
Стенгазета для родителей «Я расту здоровым».

Сроки реализации: 24.04.2023-28.04.2023.

Литература:

- 1) К. Чуковский «Айболит»,
- 2) Л. Воронкова «Маша растеряша»,
- 3) С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку».
- 4) Интернет-ресурсы.

№	Мероприятия	Сроки
1.	1. Игра-беседа «Путешествие в страну Здоровья»; 2. Занятие по речевому развитию «Айболит в гостях у ребят»; 3. Подвижные игры: «Самолеты», «Зайцы и волк»; 4. Чтение воспитателем К. Чуковский «Айболит»; 5. Игра-конструирование «Больница для зверят».	24.04.2023
2.	1. Рассматривание альбома «Виды спорта» (для малышей); 2. Подвижные игры: «Ворота», «Зайцы»; 3. Рисование «Разноцветные мячи»;	25.04.2023
3.	1. Сюжетно-ролевая игра «Доктор»; 2. Подвижные игры: «Сбей кеглю», «Подбрось-поймай»; 3. Закаливающий массаж подошв «По ровненькой дорожке»; 5. Чтение сказки С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку».	26.04.2023
4.	1. Игры с шариком Су-джок; 2. Подвижные игры: «Охотник и зайцы», «Брось за	27.04.2023

	флажок»; 3. Комплекс «Котята» для профилактики плоскостопия; 4. Просмотр мультфильма «Мойдодыр»; 5. Чтение сказки Л. Воронкова «Маша растеряша».	
5.	1. Д/и «Вымоем куклу»» (предметы туалета); 2. Подвижная игра по желанию детей-«Самолеты»; 3. Игра по развитию мелкой моторики рук«Шнуровка-бусы»; Подведение итогов: Выставки детских работ; Стенгазета для родителей «Я расту здоровым».	28.04.2023

В результате реализации проекта: - у детей сформированы основы гигиенических навыков, начальное представление о здоровом образе жизни, о пользе физической культуры, дети познакомились с новыми подвижными играми, с новыми сюжетно-ролевыми играми, с играми с шариком Су-джок, изготовлена стенгазета «Я расту здоровым»" (фотоотчет для родителей).

Игра-беседа «Путешествие в страну здоровья».

Программное содержание:

Формировать у детей навыки здорового образа жизни, учить заботиться о своем здоровье, приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой, закреплять знания о необходимости быть чистыми, а также о пользе витаминов и их значении для жизни и здоровья человека.

Развивать познавательный - эмоциональный интерес, двигательную активность детей.

Воспитывать желание быть здоровым, интерес к пальчиковой, дыхательной гимнастике, уважительное отношение друг к другу.

Оборудование: зубная щетка, расческа, мыло, полотенце, плакаты, картинка с продуктами, муз диск с записью гимнастики.

Ход занятия.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, как сегодня у нас много гостей.

Поздоровайтесь. У нас с вами сегодня будет очень интересное занятие.

Я предлагаю отправиться в путешествие в город здоровья. Хотите?

Дети: Да!

Воспитатель: Как вы думаете, что значит быть здоровым?

Дети: Быть здоровым, это значит быть сильным, не болеть, быть крепким, выносливым, не кашлять, не чихать, закаляться, есть больше овощей и фруктов.

Воспитатель: Итак, на чем поедем? Давайте на автобусе. Вставайте за мной, я буду вашим водителем, повезу вас в город здоровья.

Едем под музыку. У воспитателя в руках руль, дети друг за другом двигаются по группе. Подъезжаем к плакату «Спорт».

- Вот и первая остановка. Она называется «Спортивная».

«Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день...»

Дети: Зарядку!

- Ребята, а для чего делают зарядку?

Дети: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью.

- Утро в этом городе начинается с зарядки! А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте сделаем несколько наших любимых упражнений.

Включается музыка. Дети делают упражнения.

- Молодцы, хорошо размялись, хорошо позанимались.

Поехали дальше. Дети друг за другом двигаются дальше по группе и останавливаются возле вывески остановка «Чистота». Воспитатель объявляет остановка «Чистота».

Вдруг слышим стук.

- Что за шум? Кто, это там? (Появляется Мойдодыр).

Мойдодыр: Я великий умывальник, знаменитый Мойдодыр, умывальников начальник и мочалок командир. Здравствуйте, ребята! Я вижу, что вы пожаловали в наш город Здоровья. На нашей остановке Чистоты – полная чистота и порядок. Вот скажите - вы, сегодня все умывались, чистили зубы?

Воспитатель: Уважаемый, Мойдодыр! Наши детки все аккуратные, чистые, все знают о гигиене, о чистоте.

Мойдодыр: А вот мы сейчас и проверим. Присаживайтесь, пожалуйста, на стульчики и скажите для чего надо мыть руки, лицо, вообще мыться?

Как нужно мыть руки - покажите.

А зубы нужно чистить?

Сколько раз? (Утром и вечером).

А что будет, если мы не будем чистить зубы?

Ну, молодцы, все знаете! А вот я сейчас вам загадаю загадки про предметы, которые помогают нам быть чистыми и опрятными.

Загадки загадывает и показывает отгадки.

Гладко, душисто, моет чисто. (Мыло).

Костяная спинка, Жестяная щетинка, С мятной пастой дружит, нам усердно служит. (Зубная щетка).

Оказались на макушке

Два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску,

Надо что иметь? (Расческа).

Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое? (Полотенце).

Воспитатель: Мойдодыр, а наши ребята знают интересную пальчиковую гимнастику, хочешь посмотреть?

Показ «Две лягушки-хохотушки...»

Воспитатель: Ну, Мойдодыр, до свидания, мы поедем дальше. (Мойдодыр уходит).

Ой, ребята, что –то наши колеса в автобусе сдулись.

Дыхательная гимнастика «Насосы».

Воспитатель: Ну вот, автобус в порядке, пора дальше в путь. (Едем).

Следующая остановка «Витаминная».

Здесь мы видим различные витамины – А, В, С.

Все эти витамины живут в домиках. А домиками для них являются разные продукты, которые мы с вами видим и едим. Дети, посмотрите на эту картинку.

- Как вы думаете, что из этих продуктов полезное, а что вредное. (Дети называют продукты полезные и вредные).

- Итак, дети, вот и проехали мы по городу здоровья, пора нам возвращаться в детский сад. (Дети едут на автобусе назад).

-Что же вы запомнили сегодня. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Делать зарядку, быть всегда чистыми, кушать только полезные продукты, богатые витаминами.

Давайте дадим маленькие советы нашим гостям.

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься,

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

И всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомним, что здоровье

В магазине не купить!

Воспитатель: Будьте здоровы!

Тема: «Разноцветные мячи»

Интеграция областей: коммуникация, социализация, художественное творчество (рисование).

Программное содержание: Продолжать учить детей рисовать кистью предметы круглой формы, различать основные цвета. Развивать чувство цвета и формы, мелкую моторику. Воспитывать самостоятельность.

Материалы и оборудование: мячи разного цвета, мольберт, листы бумаги, краски, кисти, стаканы с водой, клеенки.

1. Организационный момент.

Дети сидят полукругом вокруг стола, на нём лежат кубики, мячики, карандаши.

Воспитатель. Ребята, вы играть любите? Сейчас мы с вами поиграем. Посмотрите, что есть у меня на столе? Что это, Вика? *(Это кубики.)* Что это, Миша? *(Это карандаши.)* Что это, Артем? *(Это мячики.)* Правильно, молодцы! Кирилл, вот тебе корзинка. Положи, пожалуйста, в корзинку один мячик. Молодец! А ты, Святослав, в другую корзинку положи много мячей. Молодец!*(закрепить ещё раз с другими детьми).*

2. Основная часть. Рисование мячей.

Воспитатель. Сегодня, мы с вами попробуем нарисовать много разноцветных мячей. При рисовании мячей мы будем выбирать красивые яркие цвета. Вот, например, в какой мячик хотела бы поиграть, ты, Алиса? (дети называют любимые цвета, и затем показывают в коробке краски зеленого, красного, жёлтого, синего цветов). Вот такие мячи, мы и будем рисовать. Обведите контур мяча пальцем. Какую форму имеют наши мячики (ответы детей). Мячи круглые. Как мы будем их рисовать? (Дети рисуют пальчиком по воздуху круг). Посмотрите, как я буду рисовать мячи. Возьму кисть чуть выше металлического наконечника, смочу ворс кисти в стакане с водой, наберу на ворс кисти краску жёлтого цвета, нарисую на листе бумаги круг, а затем закрасю его. Вот какой красивый мяч, я нарисовала для медвежонка, а зеленый, я нарисую для петушка. А для кого вы нарисуете свои мячи?

Самостоятельная деятельность детей. Воспитатель в процессе рисования контролирует приемы работы, помогает детям правильно в руках держать кисть.

Воспитатель предлагает детям, найти свои рисунки среди всех остальных.

Просит назвать цвет мяча и сказать, для кого он нарисован.

Конспект занятия по речевому развитию во второй группе раннего возраста "Айболит в гостях у ребят".

Цель: формировать представление детей о сохранении и укреплении здоровья.

Задачи:

- Прививать детям привычки и навыки здорового образа жизни в процессе игровой, двигательной деятельности;
- Продолжать закреплять знание названий овощей и фруктов;
- Развивать мелкую моторику рук, умение координировать движения в соответствии с текстом;
- С помощью дыхательной гимнастики развивать дыхательную систему ребенка;
- Обогащать словарь детей словами здоровый, здоровье, витамины;
- Воспитывать доброжелательность и желание прийти на помощь.

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам пришли гости доктор Айболит и маленький зайчик.

-Давайте поздороваемся с ними.

Дети: Здравствуйте!

Воспитатель: Ребята, наш маленький зайчонок часто болеет и доктор Айболит привел его к нам, чтобы мы ему показали, что нужно делать, чтобы не болеть.

(Показ слайдов).

-Посмотрите сюда, что тут происходит?

Дети: Дети делают зарядку.

Воспитатель: Правильно. А мы делали зарядку? Давайте покажем.

-Упражнение «Зайка, бей в ладоши», упражнение на дыхание «Зайка»:

Зайка будет отдыхать
И поучится дышать,
Зайка любит поиграть,
Будет пузыри пускать.

-Молодцы, а что мы говорим после зарядки?

Дети: Спасибо зарядке!

Воспитатель: Значит, чтобы не болеть, нужно делать зарядку. Она помогает стать сильными, ловкими.

Айболит: Ребята, а вы ходите на прогулку?

Дети: Ходим.

Айболит: Что вы делаете на прогулке?

Дети: Играем, бегаем, дышим воздухом.

Воспитатель: Да, мы любим побегать, поиграть, а если будем сидеть, то замерзнем. Давайте покажем зайчику одну из наших веселых игр. Игра «Зайчики».

-Пришли с прогулки, разделись и что делаем, прежде чем сесть за стол?

Дети: Моем руки.

Воспитатель: Да, ручки у нас грязные, после прогулки надо их помыть.

-Давайте покажем зайчику, как надо мыть ручки.

-Имитируем движения.

-А чтобы было веселее умываться, мы рассказываем потешки («водичка, водичка»).

-Молодцы, ребята! Забыли только одно, чтобы не болеть, надо хорошо кушать.

-Ребята, Айболит принес нам 2 корзинки, давайте посмотрим, что в них. (Перечисляют овощи, фрукты).

-Любите ли вы их кушать?

-Можно овощи и фрукты есть сразу с огорода или магазина?

Дети: Нет.

Воспитатель: Почему?

Дети: Они грязные, их надо мыть.

Айболит: Ребята, чтобы быть здоровыми, сильными, смелыми надо овощи и фрукты любить.

-А вы знаете, почему овощи и фрукты полезны?

Дети: В них есть витамины, которые делают нас смелыми и здоровыми.

Воспитатель: Ребята, так что же нужно делать, чтобы быть здоровыми?

1. Делать зарядку;
2. Мыть руки, овощи, фрукты;
3. Кушать овощи, фрукты;
4. Гулять на свежем воздухе.

- Вот зайка, мы научили тебя всему, что знаем, теперь надеюсь, будешь меньше болеть.

Айболит: Ребята, я вам принес угощение – витамины (яблоки), а зайчику – морковку.

- Будьте здоровы! До свидания!

Конспект по речевому развитию «В гостях у Мойдодыра».

Познавательное развитие:

- способствовать развитию наблюдательности, внимания;
- способствовать формированию познавательных действий;
- способствовать развитию умения устанавливать причинно-следственные связи.

Речевое развитие:

- способствовать развитию связной грамматически правильной речи;
- способствовать развитию умения выражать свои мысли;
- способствовать обогащению активного словаря;
- способность детей рассуждать.

Художественно-эстетическое развитие:

- способствовать развитию у детей интереса к художественной литературе;
- способствовать становлению восприятия художественной литературы, фольклора.

Физическое развитие:

- содействовать становлению ценностей здорового образа жизни;
- способствовать формированию у детей умения выполнять простые физические упражнения.

Социально-коммуникативное развитие:

- способствовать развитию эмоциональной отзывчивости;
- создание условий для проявления активности и самостоятельности детей.

Предварительная работа:

Многократное чтение произведений К.И. Чуковского «Девочка чумазая», «Мойдодыр»; индивидуальная работа о запоминании отрывков произведений; беседы о гигиене и опрятности.

Материалы:

Кукла- грязнуля, игрушка Мойдодыр, 2 кусочка мыла (туалетное и хозяйственное), 2 полотенца, разные предметы одежды, ленты, расчёска, ванночка с водой, зубные щётки.

В НОД использованы методы и приёмы: наглядный, словестный, физ. минутка, создание проблемной ситуации, ИКТ.

Ход совместной деятельности:

Воспитатель: Дети, посмотрите сегодня у нас в гостях новая кукла. Вы, наверное, заметили, что она не такая, как все наши куклы? Как вы думаете, что с ней не так?

Дети рассуждают.

Воспитатель: Правильно. Она не опрятная, чумазая, грязная. Давайте спросим, как же её зовут?

Дети спрашивают.

Кукла: Меня зовут Машенька. А тебя как зовут? (кукла знакомится с детьми).

Воспитатель: Вот и познакомились! Расскажи нам где же ты так испачкалась?

Кукла: Я на солнышке лежала,
Щёчки кверху я держала,
Вот они и загорели!

Воспитатель: Ах, ты девочка чумазая,
Где ты ручки так измазала?

Кукла: Я на солнышке лежала,
Ручки кверху я держала,
Вот они и загорели!

Воспитатель: Ах, ты девочка чумазая,
Где ты ножки так измазала?

Кукла: Я на солнышке лежала,
Ножки кверху я держала,
Вот они и загорели!

Воспитатель: Ах, какая ты Машенька хитрая. Ребята, разве можно испачкаться, лёжа на солнышке? Это Машенька пошутила. Как вы думаете, можно помочь Машеньке?
Дети отвечают.

Воспитатель: Ребята, я знаю кто поможет нашей Машеньке. Угадайте как его зовут:

Кривоногий и хромой,
С медной шапкой непростой,
К детям в гости он приходит
И грязнуль среди них выводит.
Тут же их помыть берётся!
Узнали кто это? ИКТ

Мойдодыр, нам нужна твоя помощь! Вот, познакомься с Машенькой!

Мойдодыр: Я грязнулю не люблю,
Я грязнулю не терплю,
Дам ей губку, дам ей мыло,
Чисто вымыться велю!

Мойдодыр даёт два мыла – туалетное и хозяйственное.

Воспитатель: Ребята, какое мыло вы выберите, чтобы помыть Машеньку? Правильно туалетное! Оно белое, душистое, хорошо мылится. А для чего нужно хозяйственное мыло? Правильно, оно нам пригодится по хозяйству. Им можно постирать Машенькину одежду. Давайте вымоем Машеньку? Дети моют куклу.

Мойдодыр: Ребята, угадайте, чем мы будем Машеньку вытирать?

Махровая дорожка,
Два вышитых конца,
Умойся хоть немножко,
Смой грязь скорей с лица.

Иначе ты в полдня
Испачкаешь меня.

Что же это? ИКТ

Дети отвечают.

Воспитатель: Правильно это полотенце! Давайте вытрем Машеньку насухо. Посмотрите, что ещё принес с собою Мойдодыр? Правильно расчёску! А для чего нужна расчёска? Давайте расчешем Машеньку.

Расти коса до пояса,
Не вырони ни волоса.

Расти коса до пят,
Все волосики в ряд.

Расти, коса, не путайся.
Маму, дочка, слушайся!

Мойдодыр: Вот теперь тебя люблю я!

Вот теперь тебя хвалю я!

Наконец-то ты грязнуля,
Мойдодыру угодил!

Воспитатель выбирает вместе с детьми кукле одежду и одевают её.

Воспитатель: Вот теперь наша Машенька стала чистой, опрятной, красивой. Можно с ней поиграть и подружиться.

Консультация для родителей.

«О пользе витаминов для детского организма».

Витамины — ценнейшие вещества, необходимые организму человека. Все виды обмена веществ, работа нервной, пищеварительной, сердечно-сосудистой систем осуществляется должным образом только при участии витаминов.

РОЛЬ ВИТАМИНОВ.

Витамины не представляют органической ценности, но входят в состав коферментов и гормонов, и таким образом служат чрезвычайно важным

компонентом системы обмена веществ и имеют исключительно важное значение, для нормальной жизнедеятельности. Так как витамины не синтезируются в организме, их относят к незаменимым факторам питания. А значит, они должны регулярно поступать с пищей. Длительное отсутствие в пище хотя бы одного из витаминов приводит к развитию заболеваний. При недостаточном поступлении витаминов повышается утомляемость, снижается работоспособность и сопротивляемость организма.

ФУНКЦИИ ВИТАМИНОВ.

Все витамины выполняют защитную функцию против различных повреждающих факторов. Механизм их участия в обмене веществ для каждого специфичен. Недостаток витаминов в питании приводит к авитаминозу или гиповитаминозу. Под авитаминозом понимают полное истощение запасов витаминов в организме, а под гиповитаминозом — снижение обеспеченности ими организма.

Дети, страдающие гиповитаминозом, быстрее утомляются во время физических нагрузок, дольше выполняют задания, чаще раздражаются, жалуются на то, что устали глаза.

Особенно актуальной эта проблема становится весной после долгого осенне-зимнего периода.

Витамины — необходимое средство для укрепления иммунитета, для нормального роста и развития Вашего ребенка.

Здоровый и веселый ребенок — это всегда счастье для родителей.

Содержание витаминов в пище значительно ниже, чем белков, жиров и углеводов. Поэтому особенно важно достаточное содержание каждого из витаминов в повседневном питании детей. Но в отличие от белков, жиров и углеводов, витамины не служат источником энергии или «строительным» материалом для органов и тканей, а являются регуляторами физиологических и биохимических процессов, лежащих в основе большинства жизненно важных функций организма. Недостаточное поступление витаминов приводит к возникновению витаминной недостаточности.

Самый дефицитный витамин весной в организме как взрослого человека, так и ребенка — это витамин С (аскорбиновая кислота).

Витамин С — сильный антиоксидант, который отвечает за иммунитет. Содержится в таких продуктах как облепиха, киви, квашеная капуста,

крыжовник, помидоры, картофель, виноград, также он содержится в соке из ростков пшеницы, и, конечно, в цитрусовых (если у ребенка нет аллергии).

В каких продуктах «живут» витамины.

Витамин	Где живет	Чему полезен
Витамин «А»	В рыбе, печени, абрикосах	Коже, зрению
Витамин «В1»	В рисе, овощах, птице	Нервной системе, памяти, пищеварению
Витамин «В2»	В молоке, яйцах, брокколи	Волосам, ногтям, Нервной системе,
Витамин «РР»	В хлебе, рыбе, овощах, мясе	Кровообращению и сосудам
Витамин «В6»	В яичном желтке, фасоли	Нервной системе, печени
Витамин «В12»	В мясе, сыре, морепродуктах	Росту, нервной системы
Витамин «С»	В шиповнике, облепихе	Иммунной системе, заживление ран
Витамин «Д»	В печени, рыбе, икре, яйцах	Костям, зубам
Витамин «Е»	В орехах, растительном масле	Половым и эндокринным железам
Витамин «К»	В шпинате, кабачках, капусте	Свертываемости крови
Пантеиновая кислота	В фасоли, цветной капусте, мясе	Двигательной функции кишечника
Фолиевая кислота	В шпинате, зеленом горошке	Росту и кроветворению
Биотин	В помидорах, соевых бобах	Коже, волосам, ногтям

И, дорогие родители, не забывайте весело гулять, дышать свежим воздухом и заряжаться витамином «Д» от нашего солнышка!

«Как предупредить плоскостопие у детей». Консультация для родителей.

Часто бывает непонятно, почему ребенок стал вялым, малоподвижным, почему он устает на прогулках, жалуется на недомогание. И, если малыш по всем обычным показателям (нормальная температура, отсутствие простудных и инфекционных заболеваний) здоров, состояние его относят за счет настроения и свойства характера. Если же взрослые внимательны к ребенку, они в ряде случаев смогут определить причину отклонения от нормального состояния ребенка. Один из таких факторов нарушение правильной работы опорно-двигательного аппарата и в частности плоская стопа.

Плоскостопие – это такая деформация стопы, при которой внешними признаками являются снижение высоты свода стопы и отклонение пятки наружу.

Правильное развитие опорно-двигательного аппарата, нормальное положение свода стопы, оказывает влияние на осанку, кровообращение и, главное, предохраняет внутренние органы и головной мозг от сотрясения.

В начальных стадиях плоскостопие внешне почти не выражено. Особенно трудно распознать его у самых маленьких, т. к. детская стопа по сравнению со стопой взрослого значительно шире в передней части, заметно сужается к пятке, много подвижнее. В первый период заболевания болезненные ощущения не носят постоянных характер, только после длительных прогулок и к вечеру ребенок жалуется на усталость и незначительные боли в ногах. Бывают случаи, когда дети к концу дня сетуют, что обувь, которая не причиняла утром боль, начинает давить пальцы. Происходит это от того что, продольная выемка стопы не выдерживает длительной и непосильной нагрузки, становится менее глубокой, стопа уплощается и вследствие этого удлиняется. Родители, обратившие на это внимание, должны непременно показать ребенка врачу.

Распространено мнение, будто плоскостопие в детстве – нормальное явление, а с возрастом уплощение стопы само собой ликвидируется. В действительности же плоскостопие без соответствующего лечения и профилактики усиливается и нередко приводит к частичной или полной потере трудоспособности.

По своему происхождению плоскостопие бывает врожденным и приобретенным.

Врожденное плоскостопие встречается редко – оно следствие неправильного внутриутробного развития. *Приобретенное плоскостопие* появляется в связи с заболеваниями (рахит, полиомиелит), в связи с переломами, разрывами связок и мышц. *Статическое плоскостопие* встречается значительно чаще (90 %). Оно возникает вследствие перегруженности стопы, при длительном пребывании детей на ногах: ходьбе, продолжительном стоянии, а также от несоответствия степени нагрузки (ношение тяжелых предметов) общему физическому развитию

ребенка. Статическое плоскостопие нередко развивается у детей ослабленных, часто болеющих или перенесших тяжелое заболевание. Одной из причин нарушения высоты свода стопы может явиться быстрый рост тела ребенка, когда на стопу действует чрезмерная весовая нагрузка.

У детей раннего возраста *причиной возникновения плоскостопия* может быть преждевременное вставание на ноги (до 1 года). Не надо форсировать у детей раннюю попытку ходьбы. Когда мышцы и другие ткани функционально созревают, ребенок сам пытается пойти. В этом плане вполне закономерно для него ползание. С детства учите детей правильно ходить: без лишнего разведения стоп.

Вредно сказывается на стопе ребенка длительное хождение по твердому грунту (асфальту) в мягкой обуви без каблучков.

Большое влияние на возникновение плоскостопия у детей оказывает состояние и развитие мышц ног, которые обычно слабы у детей, не занимающихся физкультурой и спортом.

При сильном развитии плоскостопии у детей наблюдаются головные боли, недомогания, болезненные ощущения в связи с потерей амортизационной роли свода стопы, при толчках, во время прыжков, бега и т. п. Своевременное выявление и лечение плоскостопия имеет огромное значение для правильного физического развития ребенка.

Как же определить родителям, страдают ли их дети этим недугом? Здесь поможет наблюдение за стопами в динамике. Увеличение выемки на отпечатках стоп через каждые 6 месяцев будет свидетельствовать о развитии свода. Выемку можно определить отпечатком стопы, окрашенной красящим веществом на листе белой бумаги. Повторный отпечаток позволит путем сравнения определить степень плоскостопия, его увеличивающийся или уменьшающийся характер. Во всех сомнительных случаях необходимо обратиться к врачу.

Для профилактики плоскостопия необходимо соблюдать правила гигиены стопы. К этим правилам относятся ежедневные гигиенические ванночки с детским мылом, подрезание ногтей раз в неделю (линия ногтя должна быть прямой, а не овальной, иначе ноготь может врастать в кожу), правильный подбор размера обуви и носков. Носки и колготки должны быть с добавлением хлопковой или шерстяной нити – она хорошо впитывает влагу.

У детей ежегодный прирост стопы (до 7 лет включительно) составляет в среднем 11 мм. Правильно менять обувь раз в 6 месяцев и учитывать не только размер, но и полноту. Детям рекомендуется обувь из кожи. Обувь должна быть устойчивой, обязательно с задником и удобно закрепляться на ноге. Подошва обуви не должна быть максимально легкой, такой, чтобы не перегружать стопу своим весом.

Для детской обуви необходим каблук. Каблук, искусственно повышая свод стопы, предупреждает плоскостопие, защищает пятку от ушибов. По каблучку можно определить наличие плоскостопия – каблук стесывается с внутренней стороны. Высота каблука для дошкольников от 5 до 10 мм. Кеды, резиновые спортивные тапочки, чешки предназначены для физических

занятий и нерациональны, как сменная обувь. Обувь на меху носят исключительно на улице в холодное время.

В сырую погоду, во избежание промокания, переохлаждения ног рекомендуется надевать здоровым детям резиновую обувь и шерстяной носок. В теплую, сухую погоду такая обувь непригодна.

Летом не рекомендуется носить лаковую обувь, так как она плохо пропускает воздух и влагу.

Для нормального развития стопы и предупреждения плоскостопия не следует забывать и о таких общих профилактических мерах, как соблюдение режима, упражнения общеразвивающего характера, увеличения длительности пребывания на воздухе, обтирание холодной водой, ходьба босиком в теплое время года по гальке, песку. Для укрепления связочно-мышечного аппарата полезны дозированные спортивные упражнения: ходьба на лыжах, по бревну, плавание, лазание по канату. В комплекс утренней гимнастики необходимо включать специальные упражнения:

1. Круговые движения стопами (сидя).
2. Захватывание и поднятие стопами мяча (сидя).
3. Поднятие пальцами ноги карандаша (сидя).
4. Сгибание пальцев ног (сидя).
5. Ходьба на носках и пятках (детям до 4-го года жизни ходить на пятках не рекомендуется).
6. Ходьба на наружном крае стоп (как медведь).

Очень эффективна езда на велосипеде с упором педалей на центр стопы. Хорошо организовать мытье ног следующим образом: ребенок поочередно моет одну ногу другой ногой, начиная со ступни и заканчивая коленом.

Картотека подвижных игр.

Подвижная игра «Ворота» №1.

Цель: учить детей ходить парами, держась за руки, действовать согласованно.

Материал: кассета с музыкой.

Ход игры: дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «ворота» останавливаются и поднимают руки вверх. Последняя пара проходит под воротами и становится впереди. Ходьба продолжается. Усложнение: дети идут парами, не держась за руки. На сигнал «ворота» берутся за руки и поднимают их вверх. Последняя пара проходит под ними.

Подвижная игра «Зайцы» №2.

Цель: учить детей перепрыгивать через «грядки» на двух ногах, действовать согласованно. Развивать ловкость, увертливость.

Материал: обручи, палочки, маска собаки.

Ход игры: дети - зайцы располагаются в норках - обручи, положенные на пол. На противоположной стороне - будка собаки, перед ней огород с грядками (черточки или палочки на расстоянии 20-30 см одна от другой). Зайцы бегут в огород, прыгают через грядки. На сигнал «собака бежит» убегают в норки, собака ловит зайцев. Игра повторяется. Когда собака поймает 2-3 зайцев, назначается новая. Воспитатель отмечает ловких зайцев. Правила: пойманные зайцы идут в будку собаки; в норках зайцев ловить нельзя.

Подвижная игра «Сбей кеглю» №3.

Цель: учить детей прокатывать большой мяч двумя руками, маленький - одной, чередуя движение правой и левой рукой. Развивать меткость, глазомер.

Материал: мячи большие или маленькие.

Ход игры: играющие встают за линию, в 2—3 м от которой напротив каждого поставлены кегли или булавы. В руках у детей мячи. По сигналу они прокатывают мячи по направлению к кеглям, стараясь сбить их. По следующему сигналу идут за мячами, поднимают упавшие кегли и катят еще 2 раза. Подсчитывается, кто сбил кеглю большее число раз.

Подвижная игра «Подбрось - поймай» №4.

Цель: Учить детей бросать мяч так, чтобы суметь поймать, ловить, не прижимая к груди, соблюдать смену ролей. Развивать интерес к результату.

Материал: большие мячи.

Ход игры: играющие распределяются на пары, у каждой пары мяч. Один в паре подбрасывает и ловит мяч, второй считает, сколько раз удалось бросить и поймать мяч. По сигналу воспитателя дети меняются ролями: тот, кто бросал, считает, а считавший бросает мяч. Правила: соблюдать смену ролей.

Подвижная игра «Самолеты» №5.

Цель: учить детей выбирать и изменять направление движения, уступать дорогу другому, не наталкиваясь друг на друга, останавливаться и замирать на месте по сигналу.

Материал: кассета с музыкой.

Ход игры: дети разделены на 3-4 звена. Они стоят в колоннах друг за другом за командиром звена. Звенья расположены в разных местах площадки, отмеченных цветными флажками, - это аэродромы. По сигналу воспитателя «Пилоты, готовьте самолеты к полету!» дети разбегаются в разных направлениях по площадке, останавливаются каждый у своего самолета, наливают бензин (наклоняются), заводят моторы (кружат руками перед грудью), расправляют крылья (разводят руки в стороны) и летят (быстро разбегаются в разных направлениях по площадке). Самолеты находятся в воздухе до сигнала воспитателя «На посадку!». После этого сигнала командиры собирают свои звенья (дети на бегу строятся в звенья) и ведут их

на посадку на аэродромы. Выигрывает то звено, которое первым приземлится. Игра повторяется 4-5 раз. Указания: В игре целесообразно использовать различные атрибуты. Воспитатель может незаметно для пилотов поменять флажки, которыми обозначены аэродромы. Командиры должны правильно посадить звенья на свои аэродромы.

Подвижная игра «Зайцы и волк» №6.

Цель: учить детей соотносить слово с действием. Приучать к выполнению действия по сигналу. Учить ребенка переключаться с одного темпа движения на другой. Развивать двигательную активность.

Материал: обручи, маска волка.

Ход игры: играющие изображают зайцев, один из них - волк. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе домики. Волк прячется на противоположной стороне площадки - в овраге. Воспитатель произносит: «Зайки скачут скок, скок, скок, Назеленый на лужок, Травку щиплют, слушают, Не идет ли волк.» В соответствии с текстом зайцы выпрыгивают из домиков, разбегаются по площадке, то прыгают на двух ногах, то присаживаются и щиплют травку. Как только воспитатель произнесет слово «волк», волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Зайцы убегают в свои домики, где волк их уже не может ловить. Пойманных зайцев волк уводит к себе в овраг. Игра возобновляется. В зависимости от предварительной договоренности, после того как волк поймает 2-3 зайцев, на роль волка выбирается другой играющий. Игра повторяется 3-4 раза. Указания: Каждый заяц занимает только свой домик. У зайцев может быть и общий дом. Вначале волка может изображать воспитатель.

Подвижная игра «Охотник и зайцы» №7.

Цель: учить детей выбирать цель, проследить за движением мяча и оценивать результат. Развивать интерес к игре.

Материал: обручи, маленькие мячи, маска для охотника.

Ход игры:

На одной стороне площадки очерчивают место для охотников. На другой стороне обозначают домики для зайцев. В каждом домике находятся 2-3 зайца. Охотник обходит площадку, делая вид, что он разыскивает следы зайцев, а затем возвращается к себе. По сигналу зайцы выбегают из своих домиков на полянку и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По слову воспитателя «Охотник!» зайцы бегут в домики, а ребенок, изображающий охотника, бросает в них мяч. Заяц, в которого попали мячом, считается подстреленным. Охотник уводит его к себе. Игра повторяется несколько раз, после чего выбирают другого охотника.

Указания: у охотника в руках может быть несколько мячей. Стрелять в зайцев, находящихся в домиках, нельзя.

Подвижная игра «Брось за флажок» №8.

Цель: учить детей выбирать цель, проследить за движением мяча и оценивать результат. Развивать зрительно – двигательную координацию.

Материал: маленькие мячи, мешочки с песком, флажки.

Ход игры: Дети становятся в две шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мячи, мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4-5 м стоят на одном уровне несколько флажков, Дети одновременно бросают мешочки с песком из-за головы двумя руками или одной, стараясь забросить их за линию флажков. Воспитатель подсчитывает, сколько детей забросили мешочки за флажки. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают их своей паре. Бросает следующая шеренга, затем сравниваются результаты. Указания: можно передавать мешочек своей паре и перебрасыванием. Нужно внимательно следить за местом падения мешочка, так как после падения он может проскальзывать по полу вперед. Результат броска отмечается по месту падения мешочка.

Про Машеньку и зубную щетку

Софья Могилевская

ПОка Маша была маленькой, зубы она не чистила и зубной щётки у неё, конечно, не было.

Но, когда ей исполнилось три года, бабушка сказала:

— Теперь ты большая девочка, нужно каждый день чистить зубы.

Машенька кивнула:

— Ладно, буду! Только у меня ведь нет зубной щётки.

Тогда бабушка дала Машеньке целую коробку зубного порошка и зубную щётку. Ручка у этой зубной щётки была очень красивая — совсем прозрачная и совсем жёлтая. А сама она была такая большая, как у взрослых.

— Спасибо! — обрадовалась Машенька. — Я прямо сейчас буду чистить зубы!

И не успела бабушка оглянуться, как она открыла коробку с зубным порошком, окунула в порошок щётку и... фу, до чего противно! Щётка оказалась колючей, а порошок такой невкусный!

— Не хочу я чистить зубы! — рассердилась Машенька. — Никогда не буду! —

И она тут же бросила на пол свою новую зубную щётку.

А дальше — больше! И умываться Машенька вдруг не захотела. И причесать себя не позволила бабушке. Вот какие пошли капризы!

— Что ж, — сказала тогда бабушка, — оставайся грязнулей. Какие у тебя руки, глядеть не хочется!

С этими словами она ушла, даже дверь за собой закрыла.

Машенька поглядела на свои руки, а на них и правда глядеть неохота. «Придется вымыть», — подумала она. Залезла на табуретку, взяла мыло, кое-как намылила руки, только собралась водой сполоснуть — глядь, на ладошке сидит мыльный пузырик. Совсем маленький. Даже меньше обыкновенной

горошины. Сидит, весь переливается, на Машу посматривает и словно бы чуть-чуть посмеивается.

— Ну тебя! — обиделась Машенька и пустила на пузырьки из крана воду.

А он всё равно сидит, не смывается. Потрясла рукой, а он и не стряхивается. Тогда Машенька принялась сдувать пузырьки. А он как пошёл раздуваться, как пошёл раздуваться! Сперва стал с яблоко. Потом с футбольный мяч. А потом ещё больше.

Машенька испугалась. Ещё никогда она не видала таких мыльных пузырей. Она хотела отдёргнуть от него руки. Да не тут-то было. Руки у неё вдруг приклеились к пузырьку крепко-накрепко.

Тут распахнулась дверь, поднялся сквозной ветер, подхватил пузырь, и он вместе с Машей вылетел в раскрытое окошко.

— Бабушка, бабушка!.. — закричала Машенька.

Но бабушка была где-то далеко и не видела, как Машенька вместе с мыльным пузырьком уже летела над крышами домов.

А мыльный пузырь поднял Машу прямо к облакам. Потом ещё выше.

И вот облака оказались внизу. Они были похожи на густую мыльную пену.

Со страха Машенька ещё сильнее вцепилась в пузырь, а он всё-таки был мыльный, некрепкий и сразу разлетелся на тысячи крохотных капель.

Охнув, Машенька кувырком полетела вниз. Упала она на что-то очень мягкое, в какую-то белую пыль. А пахла эта пыль мятой.

Девочка ничуть не ушиблась, только вскрикнула и тут же громко чихнула.

И рядом, она услышала, ещё кто-то чихает. Раз чихнул. Второй раз чихнул. Третий...

Машенька посмотрела: кто это тут?

А снизу раздался тоненький голос:

— Апчхи! Это я.

Машенька глянула вниз и увидела свой собственный гребешок. Он бегал вокруг неё, будто сороконожка.

— Ты откуда взялся? — удивилась Машенька.

— «Откуда, откуда!» Из твоего кармана выпал. Всё из-за тебя... — сердито начал гребешок, но, не договорив, снова зачихал.

Машенька испуганно огляделась:

— Гребешок, где мы теперь?

Гребешок, будто настоящая сороконожка, весь изогнулся, приподнялся, показал на столб, на котором висела дощечка с надписью, и сказал:

— Читай!

— Я ведь ещё маленькая, я ещё не научилась читать, — сказала Машенька.

Тогда гребешок — а он-то умел читать — громко и внятно прочёл:

— «Пустыня зубного порошка», — и тут же злорадно прибавил: — Вот не хотела умываться, не хотела причёсываться, не хотела чистить зубы, бросила свою зубную щётку, теперь сиди здесь до самой старости!

Машенька заплакала:

— Я не хочу сидеть здесь до самой старости! Я домой хочу! К бабушке.

Гребешку стало жалко Машеньку. Он подумал и сказал:

— Не знаю, что нам делать! Может, пойти к зубной щётке? Она здесь королева!

— Тогда скорее, скорее идём к этой самой королеве к зубной щётке! — закричала Машенька.

— «Скорей!» — насмешлива повторил гребешок. — Легко сказать «скорей»! А дорогу ты знаешь?

— Нет, — сказала Машенька, — не знаю.

— Ну и я не знаю.

Машенька собралась было снова заплакать, но гребешок на неё прикрикнул:

— Не реви! Слезами делу не поможешь. Пойдём с тобой куда глаза глядят. Авось кого-нибудь встретим, тогда и спросим про дорогу.

Что и говорить, трудно им было идти по пустыне зубного порошка. Порошок-то ведь сыпучий, мягкий. Машенька и гребешок то увязали по щиколотку, то проваливались до колен. А один раз оба скатились под откос белого оврага и насили оттуда вылезли.

— Ох, я дальше не пойду! Я устала! — захныкала Машенька.

Но гребешок повернулся к ней и крикнул радостным голосом:

— Впереди вода и чей-то домик! Не плачь!

Ещё немного, и они вышли на берег мыльной реки. Вода в этой реке была перламутровая, а у берега покрыта пеной из мыльных пузырьков. У самой реки стоял чистенький, белый домик. Крыша на нём была тоже белая, из красивой пластмассы, а стёкла в окошках до того прозрачные, будто их и вовсе нет.

В домике жила тётушка мочалка.

Распахнув оконце, она сразу увидела Машеньку и всплеснула руками: никогда прежде ей не приходилось встречать таких девочек-замарашек.

— Девочка-замарашка! — крикнула она. — Тебе что нужно?

Машенька подошла поближе и вежливо спросила:

— Вы не знаете, как нам пройти к королеве зубной щётке?

— Дорога-то одна, — ответила тётушка мочалка, — через мой сад. Только такую грязную туда я не пущу. Сначала тебя надо вымыть.

— Нет, — сказала Машенька, — мыться я не стану.

— Что ты, что ты! — заволновался гребешок. — Ведь другой дороги нет! Разве ты хочешь остаться здесь навсегда?

Машенька подумала, подумала и — что делать? — согласилась. Ей не хотелось на всю жизнь оставаться в пустыне зубного порошка.

Но она сказала тётушке мочалке:

— Только вода пусть буден не очень горячая, и мыло пусть не лезет в глаза, а вы меня, пожалуйста, не трите слишком сильно!

— Ладно! — Тётушка мочалка хлопотала, засуетилась: она очень любила всех мыть.

Сначала тётушка мочалка притащила из мыльной реки одно ведро воды. Вылила в ванну. Потом притащила второе ведро.

— Для одной девочки, пожалуй хватит!

А вода в ванне запенилась, зашипела, залопотала сердитым голосом:

— Мало-мало-мало-мало...

Пришлось принести третье ведро. Тогда вода успокоилась, и тётушка мочалка позвала Машеньку:

— Иди, Маша, мыться!

И уж она её мыла-мыла, уж она её тёрла-тёрла, уж она её водой поливала-поливала и всё приговаривала:

— Вот какая чистенькая да хорошенькая девочка получилась! Такую можно и через мой сад пустить.

А сад у тётушки мочалки был вот какой: на грядках у неё росли красные резиновые губки, на клумбах — разноцветные куски мыла и удивительные цветы. На их стебельках виднелись небольшие краники. Повернёшь такой краник налево — и тотчас из цветка на тебя брызнет холодный душ; повернёшь направо — польёт тёплый.

Тётушка мочалка провела Машеньку с гребешком через весь сад, отворила им калитку и спросила:

— Видите эту белую дорожку?

— Видим, — ответили оба.

— Вот и идите по ней прямо-прямо. Никуда не сворачивайте, придёте к гребешковому лесу. Там вам скажут, как идти дальше.

Гребешок обрадовался:

— Маша, мы в гребешковый лес пойдём! Вот хорошо!

И, простившись с тётушкой мочалкой, они побежали по белой дорожке. Да и дорожка ли это? Уж очень она была похожа на мохнатое полотенце.

Наконец вдали показался лес. Гребешок кинулся туда со всех ног. Машенька еле поспевала за ним.

Чудеса были в этом гребешковом лесу! У каждого дерева на ветках вместо листьев росли гребешки. Они были не только зелёные, а самые разные — и оранжевые, и жёлтые, и красные, и ярко-голубые.

Машенька остановилась на опушке. Ей страшно было войти в этот необыкновенный лес.

— Входи смелее, входи, не бойся! — торопил её гребешок и подталкивал к лесу.

Но, едва Машенька шагнула в лес, деревья сразу зашевелили своими ветками, а гребешки ну приглаживать, ну расчёсывать Машенькины спутанные волосы. Да так больно!

— Не пойду я через этот гребешковый лес! — закричала Машенька. — Гадкий лес. Какие деревья там противные!

Гребешок очень обиделся:

— Плохой, по-твоему, лес? Раз так, оставайся растрёпой.

Не успела Машенька слово сказать, как он быстро-быстро засеменял ножками и скрылся за гребешковыми деревьями.

— Гребешок, гребешок, куда ж ты? — крикнула Машенька и бросилась за ним вдогонку.

Деревья снова принялись её причёсывать. Сначала Маше было больно, только она этого уже не замечала, а думала лишь об одном: скорей, скорей догнать гребешок.

Но, чем дальше она бежала, тем легче становилась дорога, тем мягче прикасались к ней листья-гребешки. А когда гребешковый лес остался позади, её волосы стали гладкими, блестящими и закрутились на концах в тугие колечки.

А гребешок уже ждал Машеньку за лесом.

— А вот, — сказал он, — теперь тебе можно показаться королеве зубной щётке.

И Машенька увидела впереди, на высокой белой горе, необыкновенный дворец. Он был построен из разных коробок — круглых, четырёхугольных, маленьких, больших. Были там зелёные, синие и пёстрые коробки. Коробки с картинками и без картинок. На каждой было написано: «Зубной порошок». А у входа, будто круглые колонны, стояли тюбики с надписью «Зубная паста».

Вот какой дворец был у королевы зубной щётка!

А когда они перешагнули через дворцовый порог, Машенька даже испугалась: столько щёток разгуливало в королевском дворце. Видимо-невидимо!

Вдруг Машенька увидела самую королеву. Она её узнала сразу. Это была самая красивая зубная щётка — жёлтая, прозрачная. На ней была корона.

И королева зубная щётка увидела Машеньку.

— Подойди-ка сюда! — велела она.

Машенька совсем оробела. Ох, что будет, если королева зубная щётка узнает, что свою зубную щётку она бросила на пол?

— Подойди, подойди сюда, — снова позвала строгим голосом зубная щётка.

У Машеньки сильно забило сердце. На она всё-таки подошла.

— Будешь теперь умываться? — спросила зубная щётка Машеньку.

— Буду, — шёпотом ответила Машенька.

— А причёсываться?

— Тоже буду.

— А зубы чистить?

«Ой, сейчас спросит про зубную щётчку!» — подумала Машенька и быстро. Скороговоркой сказала:

— И зубы я буду теперь чистить.

— Утром и вечером, — напомнила королева зубная щётка и добавила: — Возьми себе этот носовой платок.

— Спасибо, — вежливо поблагодарила Машенька и уже хотела положить платок в карман передника...

И вдруг, откуда ни возьмись, сквозной ветер. Платок взвился, полетел. Вместе с ним и Машенька. А вместе с Машенькой и гребешок. Всё выше. Выше. В облака.

И не успела Машенька опомниться, как вот... она уже у себя дома, а бабушка ей говорит:

— До чего же у меня большая и умная внучка! А как хорошо научилась сама причёсываться, умываться и чистить зубы! Таковую можно и в детский сад отправлять!

С этих пор Машенька сама придвигала табуретку к раковине, сама влезала на неё, сама откручивала кран, брала своё мыло и умывалась дочиста. А потом

брала гребешок и причёсывалась. Только косички ей заплетала бабушка или мама.

Косички-то плести не так просто!

А свою новую зубную щётку она поставила в голубую кружку и каждое утро говорила:

— С добрым утром, щёточка!

*Дидактическая игра по формированию ЗОЖ
Вторая группа раннего возраста.*

ВЫМОЕМ КУКЛУ.

Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.

Ход игры: играют 2 человека. Сначала им предлагается из множества предметов выбрать те, которые «помогают» вымыть (умыть) куклу. А затем моют её. Выигрывает тот, кто правильно отберёт предметы личной гигиены и правильно последовательно вымоет (умоет) куклу.

КОМПЛЕКС № 1 «КОТЯТА».

1. Котята идут мимо спящего пса.

И.п. – стоя на носках, руки внизу. Ходьба на носках.

Примечание: для создания у детей игровой мотивации в определенном месте зала ставят ориентир – большую игрушечную собаку. Проходя мимо собаки-ориентира, дети стараются еще выше подняться на носки, и жестом (поднося указательный палец к губам) показывают друг другу – “Тише!”.

2. Котята греют на солнышке лапки.

И.п. - сидя, руки в упоре сзади, носки натянуть.

1 – согнуть вперед правую стопу,

2 – и.п.,

3-4 - то же самое с левой ногой.

3. Лапки замерзли.

И.п. – то же поочередно потирать правой стопой левую голень и наоборот.

4. Лапки танцуют.

И.п. - то же. 1- носки в стороны, пятки вместе, 2 - и.п., 3 - пятки в стороны, носки вместе, 4 - и.п.

5. Котята показывают коготочки.

И.п. - сидя, согнув ноги, пальцы ног согнуты, руки в упоре сзади,

1 - разгибая правую вперед, растопырить пальцы ("показали коготочки"),

2 - и.п. ("спрятали коготочки"), 3-4 - то же левой.

6. Котята бегают по лужам.

И.п. о.с. Ходьба по водно-солевой дорожке.

Конспект занятия с использованием приемов Су-Джок терапии с детьми раннего возраста.

Цель: развитие мелкой моторики с использованием мячей Су-Джок.

Задачи:

-развивать мелкую моторику;

-активизировать речь.

Актуальность: в настоящее время выросло число детей со слабой моторикой и, как следствие, задержкой речевого развития. В своей работе для развития моторики малышей я использую Су-Джок терапию.

Основным приемом терапии является массаж кистей специальными шариками.

Заключительный этап- это желание малышей самостоятельно использовать шарик.

При проведении данного упражнения мною была использована пальчиковая игра «Я мячом круги катаю». У детей в руках су-джок.

Я мячом круги катаю,

(круговые вращения шариком по ладони)

Взад-вперед его гоняю,

(катаем шарик вверх-вниз)

Им поглажу я ладошку

(гладим ладошку шариком левой руки)

Будто я сметаю крошку,

(гладим ладошку шариком правой руки)

И сожму его немножко,

(сжимаем шарик в правой руке),

Как сжимает лапу кошка,

(сжимаем шарик в левой руке),

Каждым пальцем мяч прижму,

(поочередно прижимаем пальчики правой руки к шарiku)

И другой рукой начну.

(поочередно прижимаем пальчики левой руки к шарiku).

Такую работу мы проводим перед занятиями лепкой или используем в качестве пальчиковой гимнастики.

Конспект игры по развитию мелкой моторики на тему:

«Нанизывание бус на веревочку.»

Цель: Продолжать учить детей нанизывать бусы на шнурок, различать основные цвета, соотносить предметы по цвету, развивать сенсорные способности детей, развивать моторику кончиков пальцев рук, выполняя нанизывание бус.

Задачи: Учить группировать предметы по цвету и по внешнему виду. Развивать координацию действий обеих рук.

Раздаточный материал: Бусы разных цветов, шнуровка, куклы.

Воспитатель показывает кукол, рассказывает, что они очень хотят сделать себе бусы, но не умеют, и просят детей им помочь. Для этого каждый ребенок выбирает себе куклу и путем выбора нужной бусинки под цвет платья куклы нанизывает их на шнурок. Дети выполняют задание, воспитатель спрашивает у каждого ребенка, какого цвета платье у его куклы, какого цвета должны быть бусинки.

Сюжетно-ролевая игра «Доктор» во второй группе раннего возраста.

Цель: Формировать у детей умение принимать на себя роль и выполнять соответствующие игровые действия, использовать во время игры медицинские инструменты и называть их, способствовать возникновению ролевого диалога.

Ход занятия: Ребята, вы слышите, кто-то плачет? Пойдемте, поищем (дети ищут и находят медвежонка, лежащим на кровати).

Воспитатель: Мишутка, почему ты плачешь? Почему лежишь? Пора уже давно вставать и с нашими ребятами играть(берет игрушку и имитирует кашель).

-Наш Мишутка заболел,

-Утром даже он не ел.

-Еле глазки открывает,

-Не смеется, не играет.

Давайте спросим у него, что же его беспокоит.

Дети: Что у тебя болит, Мишутка? (показывает).

Воспитатель: Надо срочно что-то делать. Как помочь Мишутке? Правильно, надо отвести его к врачу.

Но где же доктор? В поликлинике его нет. А Мишутку лечить надо. Я придумала: Алиса, ты будешь доктором. Полечишь Мишутку? Надевай халат. Как ты будешь лечить больного? Правильно, сначала надо его послушать, а чем?

Дети: Трубочкой!

Воспитатель: А чем ты будешь делать уколы?

Дети: Шприцем!

Воспитатель: А чем мы кошке завяжем лапку? Правильно, бинтом. А еще доктор дает детям витамины.

-Молодцы, ребята, помогли своим игрушкам, всех вылечили.

Игра-конструирование во второй группе раннего возраста.

Тема: «Больница для зверят».

Цель: Учить создавать простейшую конструкцию, закреплять умение строить в нужной последовательности.

Ход игры: Воспитатель читает отрывок стихотворения К. Чуковского «Айболит». Показывает иллюстрации и обращает внимание на то, что доктору Айболиту приходится лечить очень много зверей. А где сидит доктор? Правильно, под деревом. А если пойдет дождь, где ему спрятаться? Как ему помочь? Давайте вместе с вами построим больницу! Она будет состоять из стен, крыши, окон и дверей. Сначала мы ставим два кубика с одной стороны и два кубика с другой стороны-это стены. Теперь делаем потолок-кладем два кубика сверху. И вот наша крыша-два треугольника. Красивая больница для зверушек у нас получилась? Теперь Айболиту и больным зверушкам будет очень хорошо! А теперь вы сами построите свои больницы для зверят!

Айболит: Молодцы, ребята! Теперь нам со зверятами не страшна никакая непогода!

«Маша-растеряша». Л. Воронкова.

Жила-была девочка Маша. Утром встало солнышко, заглянуло в окно, а Маша спит.

Пришла мама: «Маша, поднимайся, Маша, одевайся! Светит солнышко с утра, в детский сад идти пора!»

Маша проснулась, открыла глаза: «Встану не устану. Я немножко полежу да в окошко погляжу».

А мама опять: «Маша, поднимайся!»

Нечего делать-надо подниматься, надо чулки надевать. Оглянулась Маша-а чулок-то нет!

Где же, где мои чулки?

Обыщу все уголки.

Их на стуле нет, и под стулом нет,

На кровати нет, под кроватью нет...

Ищет Маша чулки, никак найти не может.

А кошка на стуле мурлычит-приговаривает:

Ищешь, ищешь-не найдешь,

А разыщешь, так пойдешь.

Надо вещи убирать-не придется их искать.

И воробьи за окном Машу поддразнивают:

Опоздаешь, Маша, Маша-растеряша!

Да вот же они-у куклы в кроватке!

Мама спрашивает: «Ты скоро?»

Маша отвечает: «Надеваю чулки, обуваю башмаки»!

Заглянула под кровать, а там только один башмак, второго нет!

Под кроватью нет, на кровати нет, и за шкафом нет, и под шкафом нет...

А кошка ходит, свое мурлычит.

Подошел к окну петушок и запел: «Опоздаешь, Маша, Маша-растеряша»!

Стала Маша петушка просить: «Петушок-петушок, разыщи мой башмачок!»

Петушок поискал-поискал башмачок-нет башмачка, а он во дворе на столе стоит.

Мама спрашивает: «Ты скоро?»

А Маша отвечает: «Вот надену платье и пойду гулять я»!

А платье тоже нигде нет!

В чем пойду гулять я? Потерялось платье!

Платье в горошину-куда оно положено?

А кошка знай, свое приговаривает!

Но тут увидела Маша свое платье, обрадовалась: «Платье в горошину-на полочкуброшено!»

Мама говорит: «Больше ждать я не могу!»

А Маша отвечает: «Я бегу, бегу, бегу!»

Бежит Маша в детский сад, торопится, а ребята в детском саду уже позавтракали и вышли гулять. Увидели Машу и закричали: «Опоздала, Маша, Маша-растеряша»!