**Конспект занятия по валеологии во второй младшей группе по разделу**

**«Я и мое тело».**

***Задачи:***

- формировать представление о себе, как о человеке (у меня есть тело, тело нужно, чтобы жить; из каких частей состоит мое тело?);

- расширять словарный запас: люди, человек, голова, туловище, ноги, руки, ходить, бегать, брать, держать, шить, вязать, бросать, наклоняться;

- развивать умение соотносить свои движения со словами песенки;

- воспитывать навыки культурного поведения;

- вызывать интерес к дальнейшему познанию себя.

Материалы: картинки с изображением тела человека; с изображением основных движений, выполняемых руками, ногами; картонная кукла, природный материал, бросовый материал, геометрические фигуры, колумбово яйцо, яблоки по количеству детей.

***Ход занятия.***

 Дети сидят на стульчиках на ковре. Перед ними мольберт, на котором воспитатель согласно ходу беседы вывешивает картинки по теме.

***Воспитатель:***

- Ребята, сегодня мы с вами отправимся в удивительное путешествие в страну, которая называется «Человек». На Земле живет много людей. Все они разные. Но они имеют свое тело и этим похожи друг на друга.

 Тело человека состоит из головы, туловища, двух верхних конечностей это руки и двух нижних конечностей это ноги. Какими возможностями обладает тело человека? Оно гибкое, подвижное. Человек способен управлять им. В голове человека находится мозг. Голова соединяется с туловищем при помощи шеи. Проверим, нужна ли она нам. Сядьте прямо и запомните то, что видите.( Дети запоминают).А теперь поворачивайте голову то в одну сторону. То в другую. ( Дети выполняют). Вы видите столько же или больше? Зачем нам нужна шея? ( Ответы детей).. Она обеспечивает голове подвижность. Верхние конечности человека—это руки. Что умеют руки? Сильные руки удерживают штангу. Умелые руки повара готовят еду. Ласковые руки быстрыми движениями гладят кошку. Нижние конечности это ноги. Основная их функция опорная ( при их помощи мы стоим) и двигательная ( мы ходим).

 А теперь я предлагаю вам выполнить следующие упражнение. Называется оно ***«Покажи на кукле и на себе».***

Воспитатель вызывает одного ребенка к мольберту, на котором вывешивает картонную куклу. Педагог называет части тела куклы - ребенок показывает. Остальные дети показывают названную часть тела на себе.

 ***Воспитатель:***

-А сейчас я буду загадывать вам загадки. Вы будете их отгадывать и отгадку показывать на себе.

Не снимают на пороге

Вместе с сапогами …(ноги).

Оля весело бежит

К речке по дорожке

А для этого нужны

Нашей Оле …(ножки).

Оля ягодки берет

По две, по три штучки,

Но для этого нужны

Нашей Оле…(ручки).

- Скажите, ребята, что можно делать руками? ( Ответы детей).

Для того чтобы драть нам нужны руки, а для того чтобы думать нам нужна…( голова). Скажите, а для того чтобы наша голова могла поворачиваться в разные стороны что нам нужно?(шея).

- А теперь отодвиньте свои стульчики, сделайте шаг вперед, мы с вами немного разомнемся.

Для начала мы с тобой

Крутим только головой.

Разминаем шею. Стой!

Наклонился правый бок ( наклон вправо)

Раз, два, три.

Наклонился левый бок ( наклон влево)

Раз, два, три.

А сейчас поднимем ручки ( руки вверх)

И дотянемся до тучки.

Сядем на дорожку ( присели, обняли коленки).

Разминаем ножки.

Молодцы, ребята. Садитесь на свои места. Сейчас я предлагаю вам поиграть в игру, которая называется «Собери человечка». Мы с вами подойдем к столу, и из тех материалов, которые лежат перед вами, выложим тело человека. ( Дети выполняют задание).

 *После завершения работы, воспитатель предлагает детям занять свои места на ковре.*

***Воспитатель*:**

- Предлагаю вам, ребята, поиграть еще в одну игру. Называется она: «Где мы были мы не скажем, а что делали - покажем». Водящий показывает действие, а играющие отгадывают, что за действие ( застегивать пуговицы, вязать, шить и т. д.). В начале игры действие показывает педагог, а затем по очереди дети.

Затем воспитатель предлагает детям стать в круг и поиграть в подвижную игру ***«Где же наши детки?»*** ( Игра проводится с музыкальным сопровождением, можно 2 раза).

Где же наши ручки?(2 раза)

( дети прячут руки за спину).

Вот они! (2 раза).

( дети вытягивают руки вперед, вертят ими и показывают).

Где же наши ножки?(2 раза)

( Дети приседают и закрывают ноги руками).

Вот они!(2 раза).

Где же наши детки?(2 раза).

(Закрывают лицо руками).

Вот они! (2 раза).

( открывают лицо и улыбаются).

***Воспитатель:***

- А сейчас ребята я хочу прочитать вам стихотворение о нашем теле.

*Что такое наше тело?*

*Что оно умеет делать?*

*Улыбаться и смеяться,*

*Прыгать, бегать, баловаться…*

*Ножки могут быстро бегать*

*Ручки все умеют делать.*

*Пальчики хватают цепко*

*И сжимают крепко- крепко.*

*Чтобы стать здоровым телу,*

*Надо нам зарядку делать.*

*Много спать и заниматься,*

*Витаминами питаться.*

*Так владеем мы умело*

*Нашим стройным, сильным телом.*

***Воспитатель:***

-Физкультминутка для здоровья нашего тела у нас на занятии уже была, значит, мне остается только угостить вас витаминами. ( Воспитатель угощает детей яблоками).