**Рекомендации для родителей в первой младшей группе с 25 мая по 29 мая**

**Тема:**

**«Растем здоровыми, крепкими, жизнерадостными».**

**Задачи:**

* Развивать представления о человеке, об особенностях здоровья и условиях его сохранения;
* Формировать потребность в здоровом образе жизни;
* Содействовать обогащению двигательного опыта;
* Воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации.

**Утренняя гимнастика:**

**Цель:** Задорные стихи во время зарядки помогут детям сконцентрировать свое внимание на упражнении. Это и развлечение и польза для здоровья.

Покажи-ка мне ладошки

И похлопай ты немножко

Хлоп- хлоп- хлоп,

Хлоп- хлоп- хлоп.

На меня теперь смотри (сделать любое движение)

Точно всё ты повтори

. Раз-два-три, раз-два-три.

А теперь покажем ножки.

И потопаем немножко.

Топ-топ-топ,

Топ-топ-топ.

Покажи мне ручки, ножки,

Ими поиграй немножко (произвольные движения руками и ногами)

Раз-два-три,

раз-два-три.

**1.Наблюдение за солнцем (путь на небосклоне)**

**Цель:**

* Закрепить знания о том, что весной солнце начинает светить ярче и чаще, световой день становится длиннее;
* Показать взаимосвязь живой и неживой природы, значение солнца для всего живого на Земле.

**Загадывание загадки:**

В дверь, в окно стучать не будет,

А взойдет и всех разбудит. (Солнце).

**2. Наблюдение за небом.**

**Цель:**

* Закреплять умение видеть красоту весенней природы;
* Расширять словарный запас;
* Развивать умение в точной речи выражать свои мысли;
* Воспитывать интерес к весенним наблюдениям в природе.

**1. Беседа на тему:**

**«Я расту - быть здоровым хочу».**

**Цель:** Формировать представление о здоровье, выделить правила навыков культурно-гигиенического поведения

**2. Беседа и рассматривание иллюстраций на тему:**

**«Внешнее строение человека».**

**Цель:** Сформировать представление о том, что каждая часть тела, и каждый орган имеют большое значение для организма

**Самомассаж:**

На крылечке ножками потопали,
Ручками по щечкам похлопали.
Ладошками глаза закрыли.
И пальчики раздвинули, раскрыли.
Дружно присели,
Через пальчики посмотрели.
Пальчики  в кулак сжимаем,
Воздух набираем.
Пальчики разжимаем,
Воздух выдыхаем.
Ладошками по грудке постучим,
Погладим и немножко помолчим.

**1. Дидактическая игра «Назови ласково»**

**Цель:** учить подбирать слова в уменьшительно – ласкательной форме.

**2. Игра «Назови, что можно делать с…».**

**Краткое содержание**:

* Дети должны назвать, что можно делать с мячом (отбивать, катать, бросать, перекидывать, перекатывать);
* С обручем (прокатывать, катать, пролезать через него, крутить) и другими предметами.

**1. Чтение К. Чуковского «Муха-Цокотуха».**

**Цель:**

* Познакомить детей с новым произведением автора;
* Закреплять умение внимательно слушать сказку, сопереживать героям.

**2. Чтение К. Чуковский «Путаница».**

**Цель:**

* Продолжать знакомство с произведениями К. Чуковского
* Развивать внимание, память.

**1. Подвижные игры: Упражнение в бросании мяча вверх и ловле мяча**

**Цель:** Развивать внимательность, ловкость.

(Игры с мячом по выбору).

**2. Подвижная игра на тему: «Я люблю свою лошадку»**

**Цель:**

* Учить бегать галопом;
* Развивать внимание;
* Учить действовать по сигналу;
* Развивать воображение, подражание.

*Описание игры:*

Дети имитируют наездников. На слова из стихотворения А. Барто: «Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко, гребешком приглажу хвостик…» — гладят, причесывают своих лошадок.

На слова: «И верхом поеду в гости…» — скачут галопом (если еще не умеют, то, как могут).

Взрослый вначале действует с детьми, а они подражают ему.

Затем дети действуют самостоятельно, а взрослый поощряет их.

**1. Рисование на тему: «Мячики».**

Рассматривание и сравнение мячей разного размера и цвета.

**Цель:**

* Упражнять в рисовании округлых замкнутых форм;
* Продолжить учить правильно держать кисть;
* Развивать мышление и восприятие.

**2. Рисование на прогулке по мокрому песку «Мячики».**

**Цель:** Показать детям, как оставить отпечаток круглой формы, используя стаканы и крышки.

**3. Лепка на тему: «Если хочешь быть здоров…»**

**Цель:**

* Формирование умения экспериментировать и создавать простейшие образы из пластилина;
* Учить детей лепить спортивный инвентарь. Формировать первоначальные представления детей о спортивном инвентаре;
* Развивать способности к формообразованию с помощью пластилина; Развивать у детей умение правильно заниматься спортом, физкультурой;
* Развивать мелкую моторику рук, глазомер, согласованность в движениях рук;
* Воспитывать интерес у детей к лепке спортивного инвентаря по своему выбору;
* Активизация словаря: спортивный инвентарь, скакалка, гиря, гантели и обруч;
* Материалы и оборудование: пластилин красного, желтого и черного цветов, стеки, салфетки, картины для рассматривания на тему «Здоровье» и «Спорт».

**Правила гигиены и безопасности:**

* Осторожно обращаться с острыми предметами, чтобы не поранить глаза ( карандаши, кисти, палочки от пирамидки, ложки и т.д.)
* Нельзя сыпать в глаза песок.
* Нельзя тереть их грязными руками.
* Нельзя близко смотреть телевизор.
* Летом, когда ярко светит солнце, нужно ходить в солнцезащитных очках.
* Нельзя лёжа читать книгу или наклоняться к буквам.
* Каждое утро надо умывать глазки теплой водой.

**Список использованных методических источников**

1.Голицына Н. С., Шумова И. М, Воспитание основ здорового образа жизни у малышей: М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2007

2. Гарнышева Т.П. ОБЖ для дошкольников. Планирование работы, конспекты занятий, игры. СПб: ООО «Издательство» Детство - Пресс», 2011

Интернет ресурсы:

1. Книга К. Чуковского «Сказки».