**Активный досуг для детей 2 младшей группы**

**«Наш добрый доктор Айболит»**

**Цель:** формировать первичные навыки здорового образа жизни.

**Задачи:**

1.Закреплять знания и значение гигиенических принадлежностей: мыло, зубная щётка, полотенце, расчёска и др.

2.Познакомить с упражнениями, укрепляющими органы слуха, дыхания, гимнастикой для глаз.

3.Развивать слуховое внимание, координацию движений; умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.

4.Способствовать оздоровлению детского организма.

5.Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу; желание заботиться о своём здоровье.

**Предварительная работа**: рассматривание иллюстраций и чтение произведения К. И. Чуковского «Айболит».

**Оборудование:** костюм «Айболита»; чемоданчик с расчёской, полотенцем, зубной щёткой, мылом; 2 массажные дорожки; 2 ребристые доски; 2 дуги; 3 гимнастические палки; 3 конуса; запись музыкальной зарядки; компьютер.

***Ход досуга***

**Ведущий:** ребята, к нам в гости спешит очень хороший и очень добрый человек. Угадайте кто он:

Лечит маленьких детей, лечит птичек и зверей,

Сквозь очки свои глядит, добрый доктор … *(Айболит)*

Правильно!

Добрый доктор Айболит

К деткам в садик он спешит.

К Вике, Тане, Ксюше, Диме,

Жене, Тёме и Софие.

И ко всем другим ребятам.

Рассказать о том, как надо:

Руки мыть и вытирать,

Да здоровье укреплять.

Очень важно, чтоб на свете

Были чистыми все дети!

*В группу заходит Айболит*

**Айболит:** здравствуйте, ребята! *(дети здороваются с доктором)*. Какие вы все хорошие. А вы не болеете, не кашляете, и насморка нет? Давайте-ка, я вас послушаю *(слушает детей)*. Да, действительно все здоровы. Ребята, а вы знаете, что нужно делать, чтобы никогда ни болеть? Правильно, нужно каждый день делать зарядку! Ну-ка, дружно поднимитесь, на зарядку становитесь!

***Веселая зарядка «Малышарики»***

**Айболит:** ребята, посмотрите, что я вам принёс. Это мой волшебный чемоданчик.

Он с красным крестом,

Что-то важное в нём!

А чтобы узнать, загадки нужно отгадать!

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится! *(мыло)*

Всех микробов, словно плеткой

Выгонит зубная … *(щётка)*

Все она по волосам,

 Ходит тут и ходит там,

 Где проходит, не спеша

 Там причёска, хороша! *(расческа)*

Махровое, душистое, мягкое, пушистое.

Любит воду промокать, где что влажно вытирать *(полотенце)*

**Айболит**: молодцы, ребята! Все загадки отгадали. А как вы думаете, для чего все эти предметы? *(ответы детей)*

**Айболит:** ну, а сейчас детки, поднимайтесь, в путь –дорогу собирайтесь! А пойдём мы не просто по дорожке, а по волшебной тропе здоровья.

*Дети проходят по «Дорожке здоровья» (массажные коврики, ребристая дорожка, кочки, перешагивают через палки, идут «змейкой» обходя конусы, пролезают под дуги)*

**Айболит:** молодцы, ребята! Легко преодолели все препятствия! А сейчас я научу вас делать массаж носа и ушек, тогда вы точно всегда будете здоровы и никогда не заболеете.

***Самомассаж***

Ушки ты скорей найди, и ребятам покажи!

*(взять за уши большими и указательными пальцами)*Ловко с ними мы играем, вот как хлопаем ушами! *(заводим руки за уши, загибаем их вперёд всеми пальцами, резко отпускаем).*

А сейчас их тянем вниз, ушко, ты не оторвись! *(кончиками большого и указательного пальцев тянем мочки ушей вниз, отпускаем)*
А чтобы не замёрзло ушко, отогреть его нам нужно!

*(ладонями трём ушную раковину)*
Носик ты скорей найди, и ребятам покажи!

 *(поглаживание крыльев носа);*
Ротик свой ты закрывай, только с носиком гуляй!

*(вдохнуть и выдохнуть воздух).*
Вот так носик – баловник, он шалить у нас привык!

*(надавливать большим и указательным пальцами одной руки на крылья носа)*
Тише, тише, не спеши, ароматом цветка подыши!

 *(вдох и выдох через правую и левую ноздрю, закрыв их поочередно указательным пальцем)*Надо носик нам погреть, его немного потереть *(указательные пальцы на переносице выполняют движения вверх-вниз)*Нагулялся носик мой, возвращается домой!

**Айболит:** а ещё я научу вас делать гимнастику для глаз, которая поможет избежать болезней и улучшить зрение

***Гимнастика для глаз***

Вдаль на палец посмотри *(отвести палец далеко и смотреть на него),* Близко к носу поднеси *(поднести палец к кончику носа и смотреть на него)*. Раз, два, три – глаза закрой *(закрыть глаза).* Раз, два, три – глаза открой! *(открыть глаза).*

**Айболит:** вот и закончилась наша сегодняшняя встреча, мне пора возвращаться домой. Надеюсь, что сегодня вы узнали много нового и интересного: по утрам и вечерам будете чистить зубки, умываться, мыть ручки с мылом, чтобы всегда быть красивыми и опрятными, а ещё делать зарядку и заниматься физкультурой.

**Ведущий:** спасибо тебе, доктор Айболит, за полезные советы и массаж, мы теперь его каждый день делать будем. Да, ребята? *(да).*

*Айболит прощается с детьми и уходит*