

Тема: «Чистота в доме-залог здоровья»

Цели:

образовательная: закрепление и расширение представлений детей о чистоте здоровья;

развивающая: продолжать прививать навыки здорового образа жизни;

воспитательная: воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Оборудование: тематическая презентация, раздаточный материал (картинки).

Форма проведения: познавательно-игровое занятие.

Ход занятия

Вступительная часть

Воспитатель: Сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о чистоте. Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье? (слайд 1)

ответы детей

Воспитатель: Недаром говорится: «Чистота – залог здоровья». Если человек чист и опрятен, вокруг него царит чистота, – он соблюдает одно из важных жизненных правил, позволяющих быть здоровым. Как вы думаете, что такое «личная гигиена»?

ответы детей

Основная часть

Воспитатель: Правильно «личная гигиена» – это уход за своим телом, содержание его в чистоте).

У меня для вас есть сюрприз вот такая коробка, а что в ней вы узнаете когда отгадаете загадки: (слайд 2)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не лениться!

(Мыло).

Костяная спинка,

Жёсткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.

(Зубная щётка).

Хожу, брожу не по лесам,

Лёг в карман и караулю –

А по усам, по волосам,

Рёву, плаксу и грязную.

И зубы у меня длинней,
Чем у волков и у мышей!
(Расчёска)

Есть в комнате портрет,
Во всём на вас похожий.

Засмейтесь – и в ответ

Он засмеётся тоже.

(Зеркало)

Воспитатель: Представьте себе неопрятно одетого неряшливого мальчика Ваню. Он редко моет руки с мылом, не любит стричь ногти, поэтому под его длинноватыми ногтями у него образовались темные полосочки грязи. Ваня забывает мыть руки перед едой, после туалета, после того как поиграл со своей любимой собакой. Хотели бы вы дружить с этим мальчиком? (слайд 3)
На руках скапливается огромное количество вредных микробов, которые могут стать причиной опасных заразных болезней. Помните, как называются эти болезни?

ответы детей

Воспитатель: Правильно «Болезни грязных рук». К ним относятся желтуха и дизентерия.

Просмотр видео «Аркадий Паровозов» (видео фильм, сделанный на основе компьютерной графики о девочке Маше, которая съела немытый помидор с микробами). (слайд 4)

Воспитатель: На шерсти домашних любимцев (собак, кошек) всегда есть крошечные, невидимые глазу яйца глистов. Они попадают на кожу рук человека, погладившего своих любимцев, а если руки потом не помыть, то с едой яйца глистов могут оказаться в вашем желудке и вызвать заболевание гельминтозом. Давайте вместе припомним все случаи, когда нужно мыть руки с мылом. (слайд 5)

ответы детей

Воспитатель: Правильно! Когда вы приходите домой из школы, с прогулки, из магазина, поликлиники. Руки нужно мыть перед едой и после еды. Руки нужно обязательно хорошенько помыть с мылом после того, как вы поиграли с кошкой или собакой, хомячком, попугайчиком, другими животными. Не забывайте также мыть руки после туалета!

Почаще стригите ногти. Ногти должны быть закругленными, короткими, и под ними не должно быть грязи! (слайд 6)

Поэтому, когда вы моете руки с мылом, тщательно почистите ногти щеточкой, удаляя из-под ногтей грязь.

Вечером перед сном обязательно вымойте ноги теплой водой, а потом облейте их прохладной водой. Это, во-первых, хорошая закалка, а во-вторых — прекрасное средство, помогающее быстро уснуть. А ведь глубокий, спокойный сон — неперемнное условие хорошего здоровья. (слайд 7)

Воспитатель: Давайте поиграем, вставайте на ноги и немного разомнемся
(физминутка)

Каждый день по утрам
Каждый день по утрам
Делаем зарядку
(ходьба на месте)
Очень нравится нам делать по порядку:
Весело шагать,
(ходьба)
Руки поднимать,
(руки вверх)
Приседать и вставать,
(приседание 4-6 раз)
Прыгать и скакать.
(10 прыжков)

Воспитатель: предлагаю разбиться на подгруппы по рядам. (слайд 8)

1 группа дайте советы – как вы заботитесь о чистоте тела?

- раз в неделю мойтесь основательно.
- утром, после сна, мой руки, лицо, шею, уши.
- каждый день мой ноги и руки перед сном.
- обязательно мой руки после уборки комнаты, туалета, игр, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте.

2 группа. Дайте советы: как надо правильно мыть руки? Продемонстрируйте.

- Сильно намочите руки.
- пользуйтесь мылом.
- Намыливайте руки с обеих сторон.
- Намыливайте руки между пальцев.
- полощите руки чистой водой.
- вытирайте руки насухо полотенцем.

3группа. Задание: дайте советы: как бороться с « кислотными микробами» в полости рта.

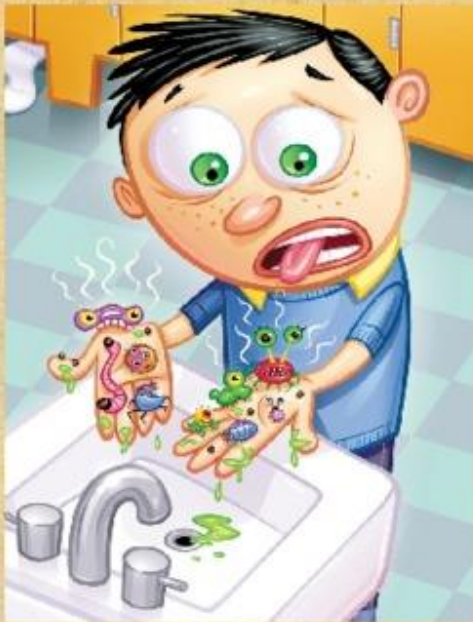
Чисти зубы два раза в день: утром и вечером.

2. Полощи рот после еды водой.
3. Как можно реже ешь сладости.
4. Два раза в год ходить к стоматологу на проверку.

Заключительная часть

Мы с вами поняли, что правила личной гигиены совсем просты: мыть руки перед едой, ухаживать за ногтями и волосами, зубами, ежедневно принимать душ, еженедельно мыться в бане.

Чистота – залог здоровья!



Чистота – залог здоровья



Чистота – залог здоровья

ВНИМАНИЕ!

Мамы и дети, запомните советы эти.

Если пища витаминами богата,
Если твердая еда у Вас в чести,
В этом случае запомните, ребята,
Ваши зубы будут правильно расти.



Заболевания дыхательных путей
Нередко прикус искажают у детей.
Всегда к врачу идите за советом,
Врач-горловик поможет Вам при этом.



Чтоб сверкали зубы перламутром,
Чтоб к врачам дорогу не искать,
Надо зубы щеткой чистить утром
И водою теплой полоскать.

Воздуха и солнца нет полезней,
Их союзник - свежая вода.
Подружились с ними – и болезни
Вас не тронут, дети, никогда.



Главный редактор: 3 группа

«Чистота – залог здоровья!»

- Каждый раз перед едой
- Нужно фрукты мыть водой!
- Чтобы быть здоровым, сильным,
- Мой лицо и руки с мылом!
- Будь аккуратен, забудь лень!
- Чисти зубы каждый день!



ПОСЛОВИЦЫ

- Чистота – залог (здоровья)
- Здоровье в порядке – спасибо -(зарядке)
- Если хочешь быть здоров -(закаляйся)
-
- В здоровом теле – здоровый ... (дух)
- Кто аккуратен, тот людям(приятен)
- Чистота – лучшая(красота)



Вывод:

Чистота – залог здоровья!

**Грязь и неряшливость в одежде –
это пренебрежительное отношение
К своему здоровью.**

**Нечистоплотность – это неуважение не
только к самому себе, но
и к окружающим людям.**

