

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 24
35293, г. Армавир, ул. Шаумяна,13-а, тел. 2-28-73

Залитко С.А. Мнацаканова И.В

«Личная гигиена – залог здоровья»

Методическое пособие



АРМАВИР – 2019

Печатается по решению педагогического совета
МБДОУ № 24 г. Армавира

Рецензент:

кандидат педагогических наук, доцент ФГБОУ ВО АГПУ
Геливера Л.О.

Автор – составитель: Залитко С.А., Мнацаканова И.В.-
воспитатели МБДОУ №24

«Личная гигиена – залог здоровья»: *Методическое пособие* -
Армавир: 2019г.

В методическом пособии подробно представлены методы и формы работы с детьми по применению пособия «Личная гигиена- залог здоровья». Педагог реализует работу не только с детьми, но и с педагогами и родителями воспитанников.

Материалы методического пособия, представленные Залитко С.А., Мнацакановой И. В., соответствуют современным требованиям к образовательному процессу, могут быть рекомендованы педагогам ДОУ для использования в практике работы.

Содержание

Введение.....	4
Задачи по формированию культурно -гигиенических навыков у детей младшего и среднего дошкольного возраста	5
Условия, методы и приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.....	6
Перспективный план по культурно-гигиеническим навыкам детей средней группы.....	10
Взаимодействие с родителями.....	19
Заключение	20
Список литературы.....	21
Приложения	
Приложение 1	
Упражнения, игровые ситуации, НОД	22
Приложение 2	
Художественное слово при формировании культурно – гигиенических навыков младших дошкольников.....	26
Приложение 3	
Дидактические игры	31
Приложение 4	
Консультации для родителей	34
Приложение 5	
НОД (Аккуратный медвежонок).....	41
НОД по формированию КГН	43
Приложение 6	
Театрализованная постановка сказки.....	48

Введение

Формирование культурно-гигиенических навыков - задача сложная, требующая систематичности и большого терпения.

Цель: формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего и среднего дошкольного возраста (3-5 года) в повседневной жизни в детском саду и в семье.

Гигиеническое воспитание - это часть общего воспитания, а гигиенические навыки - это неотъемлемая часть культурного поведения.

Гигиеническое обучение и воспитание ребенка являются основой укрепления, а также охраной его здоровья. Оно включает такие категории, как гигиенические навыки, культурное поведение и самообслуживание. Культурно-гигиенические навыки формируются в дошкольном возрасте. Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. Это, безусловно, зависит от ряда факторов: условий, начала работы по формированию культурно-гигиенических навыков, эмоционального отношения ребенка к выполнению действий, систематичности упражнений и т.п.

Я. А. Коменский считал, что воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важную роль в охране здоровья, способствует правильному поведению ребенка в быту и общественных местах. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а культурно-гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Задачи по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего и среднего дошкольного возраста

«Одна из важнейших задач детского сада, — писала Н.К.Крупская – привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

Для формирования культурно–гигиенических навыков перед нами стоит ряд задач.

Задачи:

- приучать детей следить за своим внешним видом, формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши;
- насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком;
- формировать простейшие навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;
- не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом;
- создавать условия для развития умений у детей самостоятельно использовать полученные навыки в повседневной жизни в детском саду и дома;
- формировать потребность у детей в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни в детском саду и дома;
- способствовать осмыслению детьми и родителями необходимости соблюдения правил личной гигиены.

Педагогические приёмы, обеспечивающие успешное решение поставленных задач:

- прямое обучение;
- показ;
- упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр;
- систематическое напоминание детям о необходимости соблюдения правил гигиены.

Условия, методы и приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

Для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства мы применяем **словесный и наглядный** методы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

В процессе гигиенического воспитания и обучения детей мы знакомим их с разнообразными сведениями: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формируем у детей представление о пользе физкультурных упражнений.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены даем детям различные поручения. Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно.

Обязательным условием формирования гигиенических навыков у детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни является высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения. Где должны быть созданы необходимые условия для сохранения здоровья детей,

полноценного физического и гигиенического развития.

Следующее условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье.

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков также необходимы следующие условия:

1) организация привлекательной и удобной для выполнения действий и заданий обстановки в детском саду и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закрепленные места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);

2) разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов;

3) многократные упражнения детей в действиях с выделением способа и порядка их выполнения (особенно на начальном этапе обучения). При этом характер действий должен быть неизменным, а формы — разными;

4) индивидуальная работа с каждым ребенком, учет уровня его развития и темпов овладения культурно-гигиеническими навыками;

5) организация ситуаций, обеспечивающих контроль за выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;

6) безукоризненное выполнение взрослыми всех гигиенических и культурных требований.

Нами были разработаны мероприятия по формированию у детей культурно-гигиенических навыков. В ходе реализации данных мероприятий мы использовали такие методы и средства как:

- личный пример работников детского сада, родителей;
- использование художественной литературы, фольклора;
- схемы-модели (последовательность этапов для отдельных режимных моментов);
- полоскание полости рта после приема пищи с целью профилактики кариеса;
- обеспечение чистоты среды;
- соблюдение правил этикета;
- психологическая культура взаимоотношений.

В процессе работы нами были применены наглядные приемы обучения навыкам – показ, пример, которые занимают особенно большое место в работе с маленькими детьми. Показы мы сопровождали пояснениями. Показ любого действия давался детям таким образом, чтобы были выделены отдельные операции – вначале наиболее существенные, затем дополнительные. Операции шли в строгом порядке с небольшим интервалом (не более 5-10 секунд). Показ действия малышам обязательно сопровождался проговариванием («Теперь возьмем полотенце и вытрем каждый пальчик»). Это помогает детям видеть наиболее существенные моменты, осмыслить действие в целом.

Объяснение нового действия сначала давалось очень подробно, потом постепенно сужалось и сводилось к напоминанию правила, которое было обращено ко всем или отдельным детям. Особенно удачной являлась косвенная

форма, когда мы заранее выражали уверенность в том, что дети правильно выполнят наши указания. Например, «Сейчас я посмотрю, как дети поставят на место свои стулья. Наверное, все это сделают бесшумно». Таким образом, мы не только детям указывали на их действия, но и напоминали как нужно правильно выполнить это указание.

В своей работе мы широко использовали прием поощрения, но старались этим не злоупотреблять. Мы старались делать так, чтобы выполнение требований взрослого стало нормой поведения, потребностью ребенка.

В некоторых случаях приходилось использовать порицание, но делали это в косвенной форме, не называя имен детей.

Одним из ведущих приемов, которые мы использовали, явился прием повторения действий, упражнений. Например, попросили перед мытьем: «Покажите, как вы засучили рукава» или после мытья посмотрели, насколько чисто и сухо вытерты руки. Хорошей формой упражнения детей в освоении культурно-гигиенических навыков явились дидактические игры.

Обязательным условием для формирования культурно-гигиенических навыков является соблюдение детьми режима дня. Режим- это твердо установленный, педагогически, физиологически обоснованный распорядок жизни детей, направленный на полноценное физическое и психическое развитие каждого ребенка.

Перспективный план по культурно-гигиеническим навыкам детей средней группы

	Сентябрь
1 – я неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Учить самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.</p>
2 –я неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.</p> <p>Чтение отрывка К. Чуковского «Федорино горе».</p> <p>Д/игра «Одень Машу на прогулку».</p>
3 – я неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Совершенствовать навыки аккуратной еды: Пищу брать по немногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно.</p>
4 – я неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения.</p> <p>Программное содержание: Продолжать учить детей быть приветливыми со взрослыми, сверстниками, здороваться, прощаться.</p> <p>Обращаться к младшему воспитателю, воспитателю, заведующему, медицинскому работнику и другим работникам детского сада по имени и отчеству.</p>

	Октябрь
1 – я неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Учить мыть руки правильно: не разбрызгивать воду, насухо вытирать руки.</p> <p>Заучивание потешек.</p> <p>«Умой моё личико.....»</p>
2 – я неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Учить детей пользоваться расческой, носовым платком.</p> <p>Сюжетно – ролевая игра «Парикмахерская»</p>
3 - неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Учить детей правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилок , ножом), салфеткой, полоскать рот после еды.</p> <p>Загадывание загадок:</p> <p>Три поросенка один хвост (Вилка)</p> <p>Сама не ем, а людей кормлю. (Ложка)</p> <p>Будь то суп или картошка, для обеда нужна (Ложка)</p> <p>4. Если заточен все легко он режет очень – хлеб, картошку, свеклу, рыбу, яблоки и масло (Нож).</p>

	Ноябрь
1 - неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Закреплять умения пользоваться полотенцем, вешать его на свое место. Учить детей как нужно правильно чистить зубы.</p> <p>Чтение стихотворения Н. Найденова « Наши полотенца».</p> <p>Беседа «Заболели зубы» (кариес)</p>
2 - неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Закрепить умения порядка одевания и раздевания.</p> <p>Загадывание загадки.</p> <p>Кто мы? В ясный день сидим мы дома. Дождь идет – у нас работа: топать, шуметь по болотам. (Резиновые сапоги)</p>
3 –неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Продолжать закреплять спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу.</p> <p>Заучивать потешку «У нас много ребят, все по стульчикам сидят, кашу маслену едят.»</p>
4 - неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения.</p> <p>Программное содержание: Воспитывать умения бережно относиться к игрушкам, вещам, по назначению пользоваться ими, убирать на место, замечать поломанную игрушку, попросить взрослого починить ее.</p>

	<p>Ручной труд в книжном уголке (ремонт книги альбомов).</p> <p>Потешка «Ну теперь за дело дружно, убирать игрушки дружно».</p>
--	---

	Декабрь
1 - неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Учить детей правильно пользоваться туалетной бумагой, отрывать столько, сколько нужно. И не забывать мыть руки после туалета с мылом.</p> <p>Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр».</p>
2 - неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Научить детей после сна опрятно убирать постель, ровно уложить подушку, аккуратно накрывать одеялом.</p> <p>Повторить потешки «Рано в кровать», «Спать пора», «Все спят».</p>
3- неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Продолжать учить детей аккуратно кушать, пользоваться салфеткой после еды. После обеда благодарить.</p> <p>Чтение сказки «Колобок».</p>
4 - неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения.</p> <p>Программное содержание: Учить детей с уважением заботливо относиться к труду взрослых. Прививать желание охотно выполнять</p>

	<p>поручения, просьбу взрослого. Беседа «Профессия моих родителей» (с детьми). Чтение произведения И. Токмаковой «Кем быть?»»</p>
--	--

	Январь
1 - неделя	<p>Навыки личной гигиены. Программное содержание: Обращать внимание на качественное мытье рук. Чтение произведения «Девочка – чумазая». Повторить потешки, пословицы.</p>
2 - неделя	<p>Самообслуживание. Программное содержание: Продолжать учить детей аккуратно складывать перед сном. Дидактическая игра «Уложи куклу Машу спать».</p>
3 –неделя	<p>Навыки культурной еды. Программное содержание: Обращать внимание, как дети относятся к хлебу (повторить им, что хлеб не крошить , не бросать на пол.) Разучить пословицу « Когда хлеба нет.» Дидактическая игра «Угости друзей»</p>
4 - неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения. Программное содержание: Приучать соблюдать элементарные правила в раздевательной, умывальной комнатах. Раз, два, три , четыре, пять, собираемся гулять. (Заучить пословицу – потешку.)</p>

	Февраль
1 - неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Повторить с детьми последовательность мытья рук. Воспитывать у детей аккуратность.</p> <p>Дидактическая игра «Научим Машу правильно мыть руки».</p>
2 - неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Учить детей оказывать друг другу помощь (одеваться, завязывать шарфы, шнурки, застегивать пуговицы).</p> <p>Провести занятие «Оденемся на прогулку».</p>
3 –неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Продолжать учить детей пользоваться вилками. Выходя из-за стола тихо задвигать стул и благодарить взрослого.</p> <p>Дидактическая игра «Усади гостей за стол».</p>
4 -неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения.</p> <p>Программное содержание: Учить детей вести себя в соответствии с правилами поведения в общественных местах: вести себя сдержанно, не привлекать излишнего внимания, разговаривать негромко.</p>

	Март
1 – неделя	<p>Навыки личной гигиены.</p> <p>Программное содержание: Закрепить знания детей о правилах (последовательности) мытья рук, знания своего полотенца.</p> <p>Повторить пословицы и поговорки.</p>
2 - неделя	<p>Самообслуживание.</p> <p>Программное содержание: Приучить детей полоскать рот после еды (после обеда), следить за ногтями.</p>
3 –неделя	<p>Навыки культурной еды.</p> <p>Программное содержание: Обратить внимание, как чисто на столе, воспитывать опрятность.</p>
4 - неделя	<p>Воспитание навыков культурного поведения.</p> <p>Программное содержание: Соблюдать элементарные правила поведения на улице: вести себя спокойно, не кричать, не мешать окружающим.</p> <p>Чтение стихотворения Е. Благиной «Посидим в тишине».</p>

Апрель

1 – неделя	Навыки личной гигиены. Программное содержание: Продолжать учить детей следить за опрятностью одежды (рубашка заправлена в шорты, сандалии застегнуты). Чтение произведения В. Маяковский «Что такое хорошо..» Потешки, стихи.
2 – неделя	Самообслуживание. Программное содержание: Учить детей играть в уголках дружно, после игры убирать игрушки на место. Прибираться в своих уголках.
3 –неделя	Навыки культурной еды. Программное содержание: Закрепить навыки культурного поведения за столом, не класть локти на стол, бесшумно пить и кушать, пережевывать пищу с закрытым ртом.
4 – неделя	Воспитание навыков культурного поведения. Программное содержание: Продолжать учить детей первыми здороваться со взрослыми. Соблюдать в группе порядок и чистоту. Дидактическая игра «Самая лучшая хозяйка». Потешки: Это Оленьке известно, что взяла клади на место. Кто у нас хороший? Кто у нас пригожий? Вовочка хороший! Вовочка пригожий!

Май

1 – неделя	Навыки личной гигиены. Программное содержание: Проверить знания детей о предметах личной гигиены и их назначение. Показ кукольного театра «Мойдодыр».
2 – неделя	Самообслуживание. Программное содержание: Учить детей следить за внешним видом и поддерживать порядок в группе. Показ игры – упражнения «Каждой вещи свое место».
3 –неделя	Навыки культурной еды. Программное содержание: Продолжать учить детей пользоваться столовыми приборами (учить правильно держать вилку). Занятие «Накрой стол к обеду». Загадки.
4 – неделя	Воспитание навыков культурного поведения. Программное содержание: Продолжать учить детей вежливо обращаться с просьбой к окружающим, благодарить за оказанную услугу. Повтор потешек.

Взаимодействие с родителями

План работы:

Консультации:

- «Как ухаживать за молочными зубами»
- «Как правильно одевать ребёнка на прогулку»
- «Как приучить ребёнка к аккуратности и опрятности»
- «Как научить малыша мыть руки (одеваться) и т. д.?»
- «Как увлечь ребенка ежедневной гигиеной зубов?»
- «Формирование культурно- гигиенических навыков у дошкольников в семье и в дошкольном учреждении»

Родительское собрание:

- «Формирование культурно гигиенических навыков у детей 4-5 лет»
- «Единство требований в воспитании детей со стороны взрослых»

Оформление уголка «Советы родителям».

Тема «Советы для маленьких упрямцев!»

Оформление фотовыставки «Мы – чистюли!»

Мастер-класс для родителей:

- «Баю-башки-баю... (знакомимся с русской народной потешкой, песенкой, приговорами).
- «Изготовление народной куклы, которую кладут ребёнку в кроватку, чтобы он лучше засыпал».
- Обмен опытом между родителями «Как я укладываю своего ребёнка спать».

Совместный праздник с родителями

«В гостях у Мойдодыра»

Заключение

Формирование культурно–гигиенических навыков – процесс длительный, в связи с этим одни и те же задачи могут многократно повторяться. Воспитание навыков осуществляется приемами прямого воздействия, упражнения, т. е. путем научения, примера, показа. При формировании культурно-гигиенических навыков мы не должны забывать о возрастных и психологических особенностях детей младшего и среднего дошкольного возраста.

Обучая детей трёх лет навыкам самообслуживания, важно сохранить их стремление к самостоятельности, которое является великим достижением ребёнка этого возраста, важнейшим фактором формирования его трудолюбия.

Список литературы

1. Афонькина, Ю. А. Урунтаева, Г. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию [Текст]: пособие для воспитателей дет. сада и родителей / Ю. А. Афонькина, Г. А. Урунтаева. - М.: Просвещение, 1997. - 125с.
2. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду [Текст]: Книга для воспитателя детского сада/ А. К. Бондаренко.- М.: Просвещение, 1991.- 126 с.
3. Васильева, М.А. Гербова, В.В. Комарова, Т.С. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст]/ М.А. Васильева, В.В. Гербова, Т.С. Комарова.; под ред. В.В. Васильевой.— М.: Мозаика-Синтез, 2010.-204с.
4. Гурина, И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем [Текст]/ И. В. Гурина. – Литера, 2007. - 32с.
- 5.Зебзеева, В. А. Организация режимных процессов в ДОУ [Текст] / В. А. Зебзеева. - М. :ТЦ Сфера, 2007. - 80с.
6. Кониная, Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей [Текст]: игровой комплект/ Е.Ю. Кониная. - Айрис-пресс, 2007. -12с.
7. Смирнова, Т.А. Собираем куклу на прогулку [Текст]/ Т.А. Смирнова. // Дошкольное образование. — 2008. №10. С. 53-59.
8. Теплюк, С. Об опрятности и аккуратности. [Текст]/ С. Теплюк. // Дошкольное воспитание. -1988. №9. С. 13-17.

Приложение 1

Упражнения, игровые ситуации, НОД.

Тема непосредственно образовательной деятельности	Цель	Гигиенические навыки	Методы и приемы
«Как мама учила правильно Мишку кушать»	Формирование навыков культуры поведения за столом	Навыки культуры еды и поведение за столом	Метод-приучение Прием-дидактическая игра
«Мишка пригласил в гости зайку и ежика»	Формирование навыка культуры гостеприимства	Навыки культуры еды и поведение за столом	Метод-создание воспитывающей ситуации Прием-НОД
«Мы готовим обед» «Накроем на стол» «День рождения у куклы Маши»»	Формирование навыков культуры поведения за столом, приобщение детей к социокультурным ценностям	Навыки культуры еды и поведение за столом	Метод-приучение Прием-дидактическая игра

<p>«Ладушки, ладушки», «Умница, Катенька» «Идет коза рогатая», «Пошел котик на торжок» «Кисонька-мурысонька» «Наша Маша маленька»</p>		<p>Навыки культуры еды и поведение за столом</p>	<p>Метод-разъяснение Прием- чтение литературы</p>
<p>«Дети моют руки» «Девочка аккуратная» «Водичка, водичка...» «Как мы моим ладошки и отжимаем ручки»</p>	<p>Формирование навыков культуры поведения за столом, приобщение детей к социокультурным ценностям</p>	<p>Навыки самообслуживания Одевание-раздевание</p>	<p>Метод-разъяснение Прием- чтение литературы</p>

<p>Д/У «Научим Мишку правильно умываться», «Покажем Мишке как вытирать руки и лицо полотенцем» «Вымой руки »</p>	<p>Формирование навыков самообслуживания, приобщение детей к социокультурным ценностям</p> <p>Формирование навыков мытья рук и умывания, приобщение детей к социокультурным ценностям</p>	<p>Навыки самообслуживания Одевание-раздевание</p>	<p>Метод-приучение, показ взрослого Прием-дидактическая игра Метод- создание воспитывающей ситуации</p> <p>Прием- НОД</p>
--	---	--	---

<p>«Умывалочка» «Сделаем лодочки» «Мыльные перчатки»</p>	<p>Формирование навыков мытья рук и умывания, приобщение детей к социокультурным ценностям</p>	<p>Навыки мытья рук и умывание</p>	<p>Метод-приучение Прием-дидактическая игра Метод- создание воспитывающей ситуации Прием- НОД</p>
--	--	------------------------------------	--

Приложение 2

Художественное слово при формировании культурно – гигиенических навыков младших дошкольников

Умывание:

Постарайтесь не лениться
Каждый раз перед едой.
Прежде, чем за стол садиться,
Руки вымойте водой.

Сам я встал сегодня рано,
Чистить зубы сам пошёл.
Сам умылся из-под крана
И расческу сам нашёл.
Перед зеркалом стою –
Сам себя не узнаю.
Посмотрите на меня –
Неужели это я?



Буль, буль, буль
Журчит водица.
Мы умеем чисто
мытья.
Тем, кто хочет чистым
быть,
Нужно мылом руки
мыть.
Будем сами умываться
Мы всегда.
Мы с водою
подружились
Навсегда!

Лепесток роса умыла,
А тебя умоет мыло.
Водичка, водичка,
Умой мое личико.
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щечки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Ты мне ручки подай,
Да с кровати вставай.
Умываться пойдём,
Где водичка найдём!

Знаем, знаем – да-да-да!
В кране прячется вода!
Выходи, водица!
Мы пришли умыться!
Лейся понемножку
Прямо на ладошку!

Будет мыло пениться
И грязь куда-то
денется!

Щечки мыли? Мыли.
Носик мыли? Мыли.
А глазки? Забыли.

Ай лады, лады, лады.
Не боимся мы воды.
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся.

Снует зубная щетка,
Как по морю лодка,
Как по речке пароход
По зубам она идет,
Вверх и вниз, туда -
обратно.
Счистим мы налет и
пятна.
Чтобы зубки не болели,
Чтоб как зимний снег
белели.

Мойдодыру я родня,
Открутите – ка меня
И холодную водою
Живо всея я вас умою.
Я сегодня утром рано
Умывался из – под
крана !
Я и сам теперь умею
Вымыть личико и шею.

А водичка булькает,
А водичка пенится.
Машенька умоется,
Причешется, оденется.
Тёплая водичка
Моет Тане личико,
Сашеньке ладошки,
Пальчики Антошке.

Кран откройся, нос
умойся!
Мойтесь сразу оба
глаза!
Мойтесь уши, мойся
шейка!
Шейка, мойся
хорошенько!
Мойся, мойся,
обмывайся,
Грязь смывайся!

Буль-буль – буль,
журчит водица!
Все ребята любят
мыться.
Руки с мылом мы
помыли.
Нос и щёки не забыли.
Не ленимся, моем уши,
Вытираемся посуше.
Мы помылись, как
большие.

Вот мы чистые какие!

Приём пищи:

У нас много ребят,
Все по стульчикам
сидят,
Кашу маслену едят.

Пышка, лепёшка
В печи сидела,
На нас глядела,
В ротик захотела.

Суп сегодня очень
вкусный,
В нём картошка и
капуста,
Очень нравится он нам.
Вот спасибо поварам!

Ай да суп!
Глубоко - не мелко,
Корабли в тарелках:
Луку головка,
Красная морковка,
Петрушка, картошка,
И крупки немножко.
Вот кораблик плывёт,
Заплывает прямо в рот!

На моей тарелочке
Рыженькая белочка.
Чтоб была она видна

Всё съедаю я до дна.

Маша знала слов

немало,

Но одно из них

пропало.

И оно то, как на грех,

Говорится чаще всех.

Это слово ходит следом

За подарком, за обедом.

Это слово говорят,

Если вас благодарят.

Спасибо!

Кто пьёт молоко

Тот прыгает высоко.

Пейте дети молоко

Будете здоровы!

Кушай, Таня, хлеб да
щи.

Будешь ты большой

расти!

Пришёл кисель,

На завалинке присел,

Поесть Оленьке велел.

Травка – муравка со сна
поднялась,

Птица – синица за

зерно взялась.

Зайки – за капустку,

Мышки – за корку,

Детки – за молочко!

Одевание:

Раз, два, три, четыре,
пять —

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик

полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей

гулять,

Прыгать, бегать и

скакать.

Нужно быстро

одеваться

И не нужно

отвлекаться.

Не смотри по сторонам,

Одевайся сам!

Наша Маша маленька,

На ней шубка аленька,

Опушка бобровая,

Маша чернобровая.

Оденем сапожки

На правую ножку,

На левую ножку.

Побежим в сапожках

По нашим дорожкам.

Я умею одеваться.
Если только захочу
Я и маленького братца
Одеваться научу.

Валенки, валенки,
Невелички, малышки.
На резвые ноженьки
Нашему Серёженьке.
Ноженьки пляшут,
А рученьки машут.
Валенки новеньки,
Серёжа
чернобровенький.

Катя спугала
немножко:
Стала платьё надевать -
В рукава продела
ножки,
Руки некуда девать.

Станет Саша одеваться
Ждать его - терпенья
нет.
Мы успели нагуляться,
Ну, а Саша не одет.



Приложение 3

Дидактические игры.

«Искушаем куклу Катю».

Цель: Формирование умения запоминать и употреблять в речи название мыльных принадлежностей, последовательность действий с ними.

Ход: Создание игровой проблемы и обыгрывание с воспитанниками ситуации.

«Оденем куклу Машу на прогулку».

Цель: Формирование умения называть элементы одежды, последовательности одевания.

Ход: На каждый сезон для куклы шит отдельный комплект одежды. В зависимости от времени года мы собираем куклу с собой на прогулку, закрепляя в процессе игры название одежды и последовательность одевания.

«Постелем зайке кроватку».

Цель: Знакомство с постельными принадлежностями, способствовать умению последовательно и аккуратно заправлять кроватку.

Ход: Создание проблемной ситуации: зайка хочет спать, а кроватка не постелена.

«Накроем стол к обеду».

Цель: Научить детей называть чайные и столовые принадлежности,

Накрывать на стол, учиться правильно вести себя за столом, пользоваться приборами, салфетками.

Ход: Создание игровой ситуации: сейчас к нам придут гости или кукла проголодалась.

«Научим Хрюшу умываться».

Цель: Формирование культурно гигиенических навыков.

Ход: Игрушка «приходит» в гости к детям и делится с ними тем, что никак не научится мыть руки и лицо, просит помочь. Напоминаем ребятам последовательность действий при умывании, и просим рассказать об этом гостю. Очень интересно наблюдать за детьми в тот момент, когда они пытаются выглядеть «профессионалами» перед маленькой игрушкой и учат её умываться. Такую игру можно провести перед умыванием, чтобы малыши закрепили полученные знания и умения.

Упражнение «Туфельки поссорились -подружились».

Цель: Формирование культурно гигиенических навыков.

Ход: Для этого упражнения нужно наклеить на туфельки глазки и по половине улыбки, которая получается только тогда, когда туфли стоят правильно. Ребятам очень нравится ставить обувь так, чтобы получилась смеющаяся мордочка. На этом примере малыши учатся обуваться.

Упражнение «Причешем кукол».

Цель: Формирование культурно гигиенических навыков.

Ход: Рассказать детям, что куклы собралась на праздник, а как им причесться? Девочки с удовольствием обыгрывают ситуацию, а заодно просят поправить и им причёски.

Игра «Кукла заболела»

Цель: Учить ребенка пользоваться носовым платком.

Ход: Взрослый демонстрирует детям куклу и говорит: «Вот кукла Маша, она заболела, у нее насморк, ей трудно дышать через нос. В кармане у нее лежит носовой платок. Поможем Маше очистить носик!».

Взрослый произнести потешку:

Маша заболела, трудно ей дышать,

Мы платочком будем носик вытирать!
Взрослый показывает детям, как правильно использовать
носовой платок, демонстрируя это на кукле. Предлагает
детям повторить действие.



Приложение 4

Консультация для родителей

«Формирование культурно - гигиенических навыков у дошкольников в семье и в дошкольном учреждении»

Культурно-гигиенические навыки — важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья.

Режим дня, в формировании культурно-гигиенических навыков, имеет большое значение. Режим дня — это четкий распорядок жизни в течение суток. Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы, ребенок осваивает серию культурно-гигиенических навыков. Эти навыки одна из составляющих культуры поведения в быту. Навык, ставший потребностью — это привычка. Навык умываться позволяет ребенку делать это ловко и быстро, а привычка умываться побуждает его делать это охотно и без принуждения.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т.д. Дети

среднего и старшего дошкольного возраста более осознано должны относиться к выполнению правил личной гигиены; самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, следить, чтобы все вещи содержались в чистоте. Формирование навыков личной гигиены предполагает и умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания

Для эффективного гигиенического воспитания дошкольников большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому взрослый должен быть для них образцом

Подготовкой к формированию навыков самообслуживания является создание у ребёнка положительного отношения к одеванию, умыванию, кормлению. Обучение некоторым навыкам, например, культурно есть, требует значительного труда, поскольку для этого дети должны овладеть целым рядом действий, осуществляемых в определённой последовательности (правильно сидеть за столом, пользоваться приборами для еды, салфеткой и т. д.). В дошкольном возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей. Малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, следует создать в семье необходимые условия: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков), постоянное и удобное место для полотенца и т.д.

Памятка: Как правильно одевать ребенка

Собирая малыша в детский сад, подумайте о том, удобно ли ему будет самому одеваться, удобно ли будет это делать воспитателям, которые собирают на прогулку целую группу детей. Чтобы избежать перегревания во время сборов на прогулку, детей в детском саду приучают одеваться последовательно: вначале «низ» - колготки, брюки, носки, ботинки; затем «верх» - свитер, шапка и в последнюю очередь шарф и куртка.

Одежда для пребывания в группе должна быть максимально удобной, не сковывающей движения ребенка. Мягкие трикотажные брюки удобнее, чем жесткие джинсы и джинсовый комбинезон. Футболка или трикотажный джемпер предпочтительнее, чем рубашка. Эластичные подтяжки опасны – при движениях металлические или пластмассовые застёжки могут расстегнуться и травмировать голову ребенка. Кроме того, подтяжки и лямки комбинезонов затрудняют переодевание ребенка и создают неудобства при посещении туалета.

Если ребенок склонен к потливости, собирая его в детский сад, нужно захватить с собой запасную футболку, чтобы воспитатели могли его переодеть.

На каждой одежде ребенка должен быть карман для чистого носового платка.

Рекомендации: Об этом нельзя забывать!

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.

Многие мамы, собираясь на прогулку, стараются одеть ребенка теплее, чем одеваются сами. Но если это прогулка, во время которой ребенок постоянно двигается, а мама за ним наблюдает, то это неправильно. Вспотевший ребенок имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у ребенка раздражение и сыпь.

Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже легче. (Речь не идет о детях, «гуляющих» в колясках, им нужна дополнительная защита.)

Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые и больше двигаются.

Памятка: «Правильная» обувь»

Рекомендуется покупать обувь известных фирм, имеющую сертификаты качества. Обувь неизвестных

производителей представляет большой риск для здоровья ребенка

Верх обуви должен быть сделан из материалов, пропускающих воздух, - кожи, замши, текстиля. По возможности старайтесь избегать синтетических материалов. Перед покупкой проверьте внутреннюю поверхность туфель: там не должно быть грубых швов или неровностей.

Подошва обуви должна быть плотной, не гибкой, но податливой для амортизации при ходьбе. При абсолютно плоской подошве сложнее сохранять равновесие при ходьбе. Для нормальной осанки и правильного формирования свода стопы нужен небольшой каблучок. На первых ботиночках рекомендованная высота каблучка 5-7 мм, к двум годам – 1-1,5 см. Задник должен быть высоким, плотным и сплошным, без швов и складок. Выбирайте обувь с широким круглым носом, чтобы пальцы ног могли двигаться свободно.

Тесная обувь может привести к изменению формы стопы, способствовать врастанию ногтей, образованию мозолей. Сдавливая кровеносные сосуды и нарушая кровообращение, тесная обувь в холодное время способствует охлаждению ног. Слишком свободная обувь также нежелательна, так как она затрудняет движение, вызывает потертости ног, в обуви «на вырост» ребенок чаще падает, у него нарушается осанка. Обувь должна подходить по размеру - внутренняя длина ботинка должна быть на 1 см превышать длину стопы стоящего ребенка. Стопа и пальцы не должны быть сдавлены.

Чтобы не ошибиться при покупке, дома поставьте ребенка на картонку и обведите ему стопы карандашом. Вырежьте, сравните два отпечатка (один из них, возможно, будет больше) и возьмите больший отпечаток с собой в магазин. Вкладывайте отпечаток в понравившиеся модели – так вы определите подходящие. Во время примерки вложите свой палец между задником и пяткой. Если палец не входит,

обувь мала. Если входит свободно, слишком велика. Зимнюю обувь меряйте с шерстяным носком.

Ноги малыша растут быстро, его первые башмачки быстро станут ему малы. Следует почаще проверять, удобно ли он себя чувствует, и когда вы убедитесь, что, большой палец ножки малыша касается носка ботинка (в положении ребенка стоя), нужно покупать ему новую пару обуви.

Различают домашнюю, уличную и спортивную обувь. Обувь для детского сада – вариант домашней обуви. Малышам нельзя носить шлепанцы любых видов, мягкие, свободные тряпичные тапочки. Домашние тапочки должны напоминать туфли - облегающие, открытые, с хорошей вентиляцией.

Ходить дома босиком ребенку не рекомендуется. Хождение босиком по ровному твердому полу может задержать формирование свода стоп и способствовать усилению плоскостопия. Летом, когда достаточно тепло и нет опасности поранить или занозить ногу, детям нужно и полезно ходить босиком по земле, траве, мокрому песку, камешкам.

Уличная обувь – более закрытая, чем домашняя. В теплое время года удобна текстильная обувь – легкая, воздухопроницаемая и гигроскопичная. Если вы покупаете босоножки, стопа ребенка должна быть плотно зафиксирована ремешками. Носок уличной обуви для профилактики травматизма лучше выбирать закрытый.

Резиновые сапожки с приложенными в них стельками или чехлами из ткани, хорошо впитывающей влагу, надевают в сравнительно теплую погоду на время прогулок по влажной земле и траве. Не надевайте ребенку (по крайней мере, до 3-4-летнего возраста) резиновые сапожки слишком часто или надолго – ноги в них очень потеют. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки.

Спортивная обувь должна поддерживать стопу при активных движениях. Для профилактики травм важны негладкая, амортизирующая подошва и плотная фиксация. «Липучки» или шнурки позволяют добиться идеального облегания ног с учетом их анатомических особенностей. Чешки детям надевают только на музыкальные занятия, для занятий физкультурой они не подходят. Тонкая кожаная подошва скользит и не амортизирует, фиксацию и поддержку стопы чешки также не обеспечивают.

Ортопеды не рекомендуют надевать чужую обувь, бывшую в употреблении. Разношенные туфли не будут плотно фиксировать ногу в правильном положении, а если у предыдущего владельца была деформация стопы, то возникшие в процессе носки дефекты окажут неблагоприятное влияние. Носки из натуральных волокон (хлопка и шерсти) лучше впитывают влагу и позволяют ногам «дышать». Носки нужно менять ежедневно.



Приложение 5

Конспект НОД по формированию культурно-гигиенических навыков «Аккуратный медвежонок» в младшей группе.

Цель: формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшей группы.

Программное содержание:

- Формирование навыков здорового образа жизни
- Дать детям представления о полезности мытья рук
- Воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистыми и аккуратными
- Развивать наблюдательность и речь

Оборудование:

Медвежонок и бочонок с медом.

Предварительная работа: Чтение потешек про умывание, беседы «Как мы моем ручки?», «Зачем мы моем ручки?», «Как и зачем пользоваться столовыми приборами», рассматривание сюжетных картинок, иллюстраций.

Ход НОД:

Стук в дверь.

Воспитатель: Дети, кто-то к нам пришел в гости! Давайте посмотрим!? Дети, посмотрите к нам в гости пришел медвежонок. Он говорит, что долго добирался до детского сада устал, и хочет подкрепиться медом, который принёс с собой. Медвежонок окунул лапу в бочонок и начал её облизывать.

Воспитатель: Ой! Ребята, скажите, а что Медвежонок забыл сделать перед едой?

Дети: Медвежонок забыл помыть лапы и взять ложку!

Воспитатель: Правильно! Всегда перед едой нужно мыть руки! А можно ли брать пищу руками?

Дети: Нет! Нельзя! Нужно пользоваться ложкой или вилкой!
Может заболеть животик!

Воспитатель: Знаешь мишка! Наши дети очень аккуратные!
Они моют свои руки не только перед едой, но и после прогулки, после туалета и после игр, чтобы смыть все микробы! И всегда пользуются столовыми приборами во время еды. Ребята, а с чем нужно мыть наши ручки?

Дети: Мылом и водой!

Воспитатель: Верно! Все микробы боятся мыло с водой.
Мишка! ты теперь понял зачем нужно мыть руки? ты теперь не будешь забывать мыть свои лапки перед тем как покушать?
Медвежонок говорит спасибо и обещает деткам всегда мыть лапки и пользоваться столовыми приборами!

Воспитатель: Ребята! а давайте поиграем с мишкой?

Дети: Давайте!

Воспитатель: (пальчиковая игра)

Моем, моем руки, (Делаем движения, как при мытье рук.)

Моем, моем чисто.

Чтоб не были наши руки,

Как у трубочиста.

Мы большой помоем пальчик, (Левой рукой трем поочередно пальцы на правой.)

Моем указательный.

И про средний не забудем —

Моем обязательно.

А потом и безымянный,

И мизинчик тоже.

Очень радуются пальцы чистой, нежной коже.

Воспитатель: Молодцы! А сейчас давайте пойдём вместе с медвежонком помоем руки и угостим его чаем!

КОНСПЕКТ НОД по формированию здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста

Задачи:

1. Способствовать развитию у дошкольников представлений о здоровом образе жизни, о простейших мероприятиях, направленных на сохранение здоровья. Продолжать прививать культурно-гигиенические навыки, любовь к физическим упражнениям.
2. Развивать умение рассуждать, делать выводы. Развивать мышление, воображение, память, связную речь.
3. Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье, помогать нуждающимся.

Материал:

Использование художественного слова. Иллюстрации с изображением алгоритма процесса умывания, предметы личной гигиены, «чудесная коробочка», письмо от Незнайки.

Предварительная работа:

Беседы о ЗОЖ, чтение К. Чуковского «Мойдодыр», А.Барто «Девочка Чумазая», Р. Корман «Микробы и мыло» стихи и загадки о предметах личной гигиены, д/и «Группировка предметов» (ЗОЖ).

Организационный момент. Раздается стук в дверь.

Воспитатель: Ребята, нам принесли письмо. Хотите узнать от кого? Читаю: « Жду сегодня в гости всех ребят! Приезжайте непременно, буду рад»

Незнайка.

Воспитатель: Что решим? Примем приглашение Незнайки, поедем в гости? Как вы думаете, на чем можно поехать?(дети отвечают).А может быть на паровозике, да вот он, уже нас ждет.Скорее, ребята, места занимаем!(встают друг за другом) Моторчик заводим и в путь уезжаем!(едут по кругу) Колесики, колесики, стучат, стучат, стучат.

А в маленьких вагончиках кампания ребят. (подходят к домику)

Воспитатель: Ну вот и домик Незнайки.

Воспитатель: Только где он сам, почему он нас не встречает? Давайте мы присядем и подождем его.

Дети садятся на стулья. Появляется грустный Незнайка (зевает).

Воспитатель: Что с тобой Незнайка? Почему ты такой грустный?

Незнайка: Я вчера поздно лег спать, не выспался, у меня болит голова, я даже сегодня играть не хочу.

Воспитатель: Спать нужно ложиться вовремя, соблюдать режим дня. Ребята, хотите рассказать Незнайке, что происходит, когда мы спим.

Дети: мы растем, отдыхают наши руки, ноги, глаза, мы во сне набираемся сил.

Воспитатель: Следует, ребята, знать, Нужно всем подольше спать.

Ну, а утром не лениться-
На зарядку становиться!

Воспитатель: Незнайка, а ты зарядку делаешь по утрам?

Незнайка: Я не умею делать зарядку и не хочу.

Воспитатель: А вы, ребята, делаете зарядку? (ответы детей)
Ребята, давайте научим Незнайку делать зарядку. Ведь даже звери делают зарядку, вот например лягушки. Давайте покажем, как они занимаются. Вставай Незнайка с нами!

На болоте две лягушки,

Ножками топали.

Две зелёные подружки.

Вправо, влево наклонялись,

Рано утром умывались,

И обратно возвращались.

Полотенцем растирались.

Вот здоровья в чём секрет,

Ручками хлопали,

Всем друзьям

Незнайка: Спасибо ребята, я научился, мне очень понравилось. Каждое утро буду делать зарядку.

Воспитатель: Как говорит пословица: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!»

Незнайка: Вы научили меня делать зарядку, а я хочу показать вам свои игрушки. Где моя волшебная коробочка? Где- то потерял, вы не могли бы мне помочь? (ищут, находят коробочку).

Незнайка: Вот она моя коробочка, с моими игрушечками, я люблю с ними играть. Хотите узнать, что там лежит? Узнаете, если отгадаете загадки.

(дети отгадывают загадки, и на ощупь находят отгадку в коробочке)

*Чтоб грязнулей не быть,
Следует со мной дружить.
Пенное, душистое,
Руки будут чистыми.(Мыло).*

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

*Оказались на макушке
Два вихра и завитушки.
Чтобы сделать нам прическу,
Надо что иметь? (расческу)*

*Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое.
Всегда под рукою-
Что это такое? (полотенце)*

Выкладывают предметы на стол.

Воспитатель: Ребята. Разве это игрушки? Как называются эти предметы? Ответы детей (предметы гигиены).

Воспитатель: Незнайка, а почему у тебя грязные руки, ты не умывался?

Незнайка: А зачем умываться, мне и так хорошо. Вот только у меня живот иногда болит.

Воспитатель: Ребята, объясните, Незнайке, зачем нужно умываться? Расскажите о том, какие неприятности могут случиться, если придя домой с улицы, мы не смоем с себя грязь.

*За едой мы можем случайно положить грязные пальцы в рот, а от этого легко заболеть.

*На грязной коже находится множество микробов, которые так и норовят заползти в какую-нибудь маленькую трещинку на коже, чтобы там началось воспаление.

*Если ты случайно потрешь глаза грязными руками, ты можешь занести туда инфекцию и глаза воспалятся.

*Наконец просто неприятно смотреть на человека, который садится за стол или ложится в постель грязным.

Незнайка: А кто такие микробы? Где они живут?

Воспитатель: Ребята, а вы, можете рассказать Незнайке, где бывают микробы? Как микробы попадают в наш организм?

Ответы детей (Микробы есть в воздухе, в грязной воде, на нашем теле, при чихании, кашле, если не мыть руки перед едой и после туалета, вернувшись с улицы. Есть невымытые овощи и фрукты)

Воспитатель: Даже есть пословица «Грязные руки грозят бедой».

Незнайка: Я их боюсь!

Воспитатель: *Чтоб ни один микроб*

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Воспитатель: Давайте научим, как правильно надо умываться! Смотрите Незнайка и запоминай.

Незнайка: Я знаю, знаю, вот так. Выкладывает алгоритм неправильно.

Воспитатель: Ребята правильно разложил картинки Незнайка? Кто ему поможет? Что нужно сделать сначала?

Что потом? Незнайка, а ты знаешь, когда нужно мыть руки?

Дети объясняют.

Незнайка: -Дайте мне скорей умыться, я боюсь микробов.

Воспитатель: Так, что будем мыть руки?

Проходят в умывальную комнату.

Дети моют руки и объясняют Незнайке как это правильно делать.

Незнайка просит полотенце у детей, дети объясняют, что у каждого должно быть свое полотенце. Дарят полотенце, и дают метку для полотенца.

Незнайка благодарит детей: Я всё понял!

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться.

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

Воспитатель: А вы ребята, молодцы! Всё знаете и научите быть здоровыми своих друзей.

Дети прощаются с Незнайкой. Возвращаются домой на паровозе.

Приложение 6

Театрализованная постановка авторской сказки «Путешествие жителей Цветочного города по тропе здоровья».

Цели:

- пропаганда здорового образа жизни;
- закрепление представлений детей о том, что для жизни и здоровья необходимы хорошие условия, предметы индивидуального пользования, поддержание чистоты тела, рук, зубов и волос;
- формирование стремления участвовать в совместной творческой деятельности, воспитание чувства коллективизма, умения сопереживать друг другу, договариваться;
- закрепление умения выразительно исполнять роль, координированно выполнять различные движения;
- развитие речи, мышления и творческих способностей детей.

Оборудование: декорации для королевства Витаминляндия (домики, цветущие кусты, трон короля); волшебный сундучок(в нем мыло, зубная паста, зубная щетка, носовые платки, шампунь); ключ от сундука; цветок с пятью лепестками, на которых напечатаны советы; три большие стрелки из самоклеющейся бумаги и кружочки; картинки с нераскрашенными овощами и фруктами; витаминки на ленточках-голубая и розовая; аудиозапись.

Ход мероприятия:

Ведущий: Ребята с жителями Цветочного города Незнайкой, Синеглазкой и Кнопочкой случилась беда.

Звучит сирена «Скорой помощи». Пилюлькин заводит в зал коротышек, взявшись за руки.

Синеглазка: Ой у меня голова болит.

Незнайка: Ой у меня живот болит.

Кнопочка: Ой у меня ухо болит.

Пилюлькин: Здоровье жителей Цветочного города в опасности. Они перестали умываться, чистить зубы, причёсываться, а Незнайка-грызёт ногти. Они наверное заболели.

Ведущий: Чтобы выздороветь, жителям Цветочного города нужно попасть в страну Витаминляндию.

Пилюлькин: Вперёд, жители Цветочного города!

Жители Цветочного города идут и останавливаются на конце первой зелёной стрелки.

Синеглазка: Ой какая красота! А где это мы?

Пилюлькин: Мы оказались в королевстве Витаминляндии.

Выходит король в окружении двух витаминок.

Король: Вас приветствует король Витаминус! Рад вас видеть. Я хотел бы угостить вас вкусными овощами и фруктами, но вредные микробики проникли в мои владения и унесли из них все витамины.

1-я витаминка: Вот что случилось с огурцом.

2-я витаминка: Вот что случилось с апельсином.

Витаминки показывают детям нераскрашенные картинки овощей и фруктов.

Ведущий: Вдруг послышались странные звуки.

Выходят микробы и исполняют танец (по выбору муз. руководителя).

Король: Отгадайте загадки- и микробы исчезнут.

Я- весёлый молодец, Я- зелёный.....(огурец)

Он оранжевый снаружи и оранжевый внутри (апельсин)

Микробы по одному исчезают.

Король: Благодарю! Вы спасли моё королевство- к фруктам и овощам вернулись витамины.

Пилюлькин: Наше путешествие продолжается.

Жители Цветочного города двигаются ко второй стрелке и попадают в королевство Чистоты.

Королева Чистоты: Здравствуйте, ребята, я королева Чистоты. Чтобы быть здоровыми, надо всегда приводить себя в порядок: умываться, чистить зубы, причесываться.

Звучит подвижная музыка дети умываются и причесываются.

Принцесса Аккуратность: Вы стали чистыми, красивыми. Я дарю вам ключик от волшебного сундучка, который находится на поляне сюрпризов

Пилюлькин: Вперёд! К сокровищам!

Дети под музыку идут к третьей стрелочке.

Пилюлькин: Вот волшебный сундучок. А что в нём?

Доктор Пилюлькин показывает предметы, а дети их называют: мыло, зубная паста, зубная щетка, носовые платки, шампунь.

Все вместе: Эти предметы обычные

Нам сохраняют здоровье отличное.

Помни об этом, друг мой, всегда,

Чтоб в жизни тебя не постигла беда.

Дети: Мы здоровы!

Ведущий: Эти подарки помогут жителям Цветочного города всегда быть здоровыми. На этом наше путешествие подошло к концу.

Дети под музыку выходят друг за другом из зала, взявшись за руки.

Для заметок.

Для заметок

