

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение №99
детский сад

**Конспект занятия по закреплению
культурно-гигиенических навыков
«Уроки Айболит»
(средняя группа «Капельки»)**

Выполнили: Яковлева Е. О.

г. Калининград

2019

Конспект занятия по закреплению культурно-гигиенических навыков «Уроки Айболит»

Цель: закрепить знания детей о культурно-гигиенических навыках, о назначении предметов личной гигиены.

закреплять ранее полученные знания по сохранению и укреплению здоровья;
формировать у детей привычки здорового образа жизни;
воспитывать бережное отношение к здоровью, любви к спорту, силы воли.

Задачи:

- прививать любовь к спорту; - воспитывать у детей чувство коллективизма;
- способствовать развитию у детей стремления и воли к победе.

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята, я приглашаю вас совершить увлекательное путешествие по стране Здоровья, в ходе которого вы будете учиться беречь и укреплять своё здоровье. Давайте прочитаем девиз нашего праздника: “ Я здоровье берегу – сам себе я помогу! ”

Очень полезны для здоровья пешие прогулки, поэтому первую часть прогулки мы пройдем пешком: раз-два, раз-два! (Дети маршируют на месте)

А вот и первый привал. А называется он “Чистота – залог здоровья”. Если объясним смысл этой пословицы, то сможем здесь остановиться. (Дети объясняют смысл пословицы)

Воспитатель усаживает детей на стулья, раздаётся стук в дверь, входит Айболит.

Айболит: Здравствуйте, дети. Вы не больны?

Дети. Нет

Айболит : Очень рад побывать я с вами.

Со здоровыми друзьями.

А меня вы знаете?

На старичка похожий,

Я ласковый, хороший.

Я добрый даже и на вид,

Зовусь я доктор Айболит.

Айболит: Раз вы не больны ребята, тогда может расскажите мне как у вас это получилось?

1ребёнок: Мы зарядкой заниматься начинаем по утрам, чтобы реже обращаться к докторам

2ребёнок: Широко раскинул ветки возле дома старый клён, выгнул спину кот соседский,

физкультуру любит он.

Айболит. Вам лениться не годится.

Помните ребятки,

Даже звери, даже птицы

Делают зарядку.

Все ребята выполняют нам «Зверобику». Все дети делают зарядку.

1к. Уселась кошка на окошко и стала лапой уши мыть.

Понаблюдав за ней немножко, её движенья можем повторить.

Припев: Раз, два, три - ну-ка,

повтори! Раз, два, три - ну-ка,
повтори!

Три, четыре, пять – повтори
опять! – 2раза. Очень хорошо!

2к. Змея ползёт лесной тропой, как лента, по земле скользит.

А мы движение такое рукою можем
вам изобразить,

3к. Мартышка к нам
спустилась с веки, мартышку надо уважать,
Ведь обезьяны наши предки, а предкам
детки, надо подражать.

4к. Весь день стоит в болоте цапля и ловит клювом лягушат.

Не трудно сосчитать ни капли для нас, для
тренированных ребят.

5к. Живёт на свете очень много мартышек, кошек, птиц и змей,
Но, человек, ты друг природы, и должен
знать повадки всех зверей.

Мальчик:

Доктор, доктор,
У меня болит живот
И никак не заживет.

Ой, ой, больно -
Не могу терпеть.

Я могу умереть.

Айболит (осматривает) :

Посмотрю и чем могу – помогу.

Беда пришла из-за невымытых рук,

Овощей, не люблю таких детей,

Пей лекарство поскорей.

(Дает молоко и витамины.)

Ребенок : Не болит, не болит,

Спасибо тебе, Айболит.

Айболит: Чтоб здоровым, сильным быть,

Надо овощи и фрукты мыть

Все, без исключения.

В этом нет сомнения.

Кушайте, ребята, их и летом, и зимой,

Мойте их, ребята, чистой и проточной водой.

Айболит: Ребята а вы не боитесь умываться? Умеете умываться? А вот я сейчас проверю.

Айболит достает из своего чемодана различные предметы: мыло, мыльницу, мочалку, полотенце, расческу, щетку одежную, зубную щетку, пасту, чашку.

Айболит: Вот сколько у меня разных предметов. Сейчас я вызову двух детей. Одному надо отобрать предметы, которые нужны для того, чтобы умываться, второму – чтобы чистить зубы. Ребята выбирают нужные им предметы. Доктор уточняет их название.

Айболит: Молодцы, сразу видно, что в этой группе дети всегда аккуратные, опрятные, любят чистоту.

Айболит. А руки все вы моете?
 Попрошу вас показать!
 Айболит. Не волнуйтесь так ребятки,
 Отгадайте вы волшебные загадки,
 А они же в тот же час
 Избавят от микробов вас.
 Ускользает, как живое,
 Но не выпущу его я.
 Дело ясное вполне –
 Пусть отмоет руки мне.

(мыло)

Костяная спинка,
 Жёсткая щетинка,
 С пастой мятной дружит,
 Нам усердно служит.
 (зубная щётка)
 Хожу, брожу не по лесам,
 А по усам и волосам.
 А зубы у меня длинней,
 Чем у волков и медведей.

(расчёска)

Резинка Акулинка
 Пошла гулять по спинке.
 Собирается она
 Вымыть спинку до красна. (Мочалка)
 Вот и нет микробов больше.
 Но придут они опять,
 Если будешь забывать
 Руки с мылом мыть почаще,
 Не давать микробам счастья
 Жить в грязи.
 Зубы вечером и утром чисти регулярно.
 Причесаться не забудь
 И всегда опрятным будь.

Воспитатель: А мы продолжаем свой путь. Двигаться мы будем, совершая прыжки на месте (дети на местах прыгают). 2 привал называется: “Здоровье в порядке – спасибо зарядке!” Как вы это понимаете? (Дети объясняют смысл пословицы)

- Ребята, кто из вас каждый день выполняет утреннюю зарядку?

А что такое физкультура? (Дети дают ответы)

Воспитатель: Это бодрость и здоровье,

Это радость и веселье!

Плюс хорошая фигура –

Вот, что значит физкультура!

Давайте проведём физкультминутку. (Дети показывают движения)

Физминутка.

Вышли уточки на луг, кря-кря-кря, кря-кря-кря! (Маршировать на месте)

Пролетел весёлый жук, жу-жу-жу, жу-жу-жу (Руки в стороны, помахать)

Гуси шеи выгибают, га-га-га, га-га-га! (Руки на пояс, вращения головой)

Клювом перья расправляют, га-га-га, га-га-га! (Наклоны в стороны)
Ветер ветки закачал, (Поднять руки вверх, помахать)
Шарик тоже зарычал, р-р-р! (Наклон вперед, произносить звук р-р-р)
Зашептал в воде камыш,
Сели и настала тишь. (Присесть)

Воспитатель : Отгадав загадки, вы, ребята, узнаете, какие виды спорта полезны для здоровья:

1. Два берёзовых коня

Через лес несут меня.

Кони эти рыжи,

А зовут их ... (Лыжи)

2. Мчусь, как пуля, я вперед,

Лишь поскрипывает лёд.

Да мелькают огоньки.

Кто несёт меня? ... (Коньки)

3. Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватьку-

Быстро делаю... (Зарядку)

Воспитатель: А мы двигаемся дальше лёгким бегом (дети на местах показывают лёгкий бег). 3-й привал называется “Питайся правильно – и лекарство не надобно!”.

Как понимаете эту пословицу?

(входит Карлсон)

Карлсон: Пообедал я отлично этим джемом земляничным.

Третью банку съел с утра.

А теперь лететь пора... .

(Ищет кнопку на животе, но мотор не заводится, хватается одной рукой за голову, а другой за живот)

Мама! Что же такое творится?

Мотор мой не хочет никак заводиться.

Что же произошло со мной?

Карлсон: Я обкушался варенья, а ещё было печенье.

Торт и множество конфет.

Очень вкусным был обед.

А теперь мотор заглох...

Ох, зачем я ел пирог?

Я предлагаю поиграть в игру “Какая пища укрепляет здоровье, а какая разрушает?”

Если я назову полезные продукты, то вы хлопаете в ладоши, а если вредные для здоровья, то закрываете лицо руками: “Рыба, чипсы, кефир, пепси, морковь, фанга, яблоки, торты, лук, капуста, груши, шоколадки.”

Воспитатель: Молодцы, вы справились с заданием, а впереди у нас ещё один привал, до которого мы будем добираться вплавь (дети изображают движения пловца). В перед нами и

4-й привал “Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим!”

Как понимаете смысл этих слов? (Дети объясняют)

Айболит: - А вы, ребята, соблюдаете режим дня?

Дети: Да!

Айболит: Молодцы ребята! Дам я вам такой совет:

Соблюдая режим дня, здоровым будешь ты всегда!

Дети читают стихи.

Первый ребенок: Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим.

Утром делаем зарядку, вовремя всегда едим,

Днём играем, ночью спим.

Второй ребенок: Свой режим мы соблюдаем.

В десять вечера, устав,

Спокойной ночи пожелав,

Третий ребенок: Отправляемся мы спать – до утра нам отдыхать.

Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим.

Воспитатель: Наше путешествие подходит к концу. И чтобы вернуться в группу, встаньте, сделайте наклон вперед, назад, вправо, влево; наклоны головой; глубокий вдох через нос – выдох.

- Прочитайте девиз нашего праздника: “ Я здоровье берегу – сам себе я помогу! ”

Итог занятия:

- Что же нужно делать, чтобы быть здоровым, как помочь себе?

(Соблюдать чистоту, правильно питаться, заниматься спортом, выполнять режим дня, закаляться, гулять на свежем воздухе, правильно сидеть за столом, чистить зубы.)

Айболит. В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен.

Проживёшь сто лет!

Вот и весь секрет.

«День здоровья» провожаем,

Витамины всем вручаем!

Доктор Айболит дарит всем детям дает советы и угощает витаминами!

Советы доктора Айболита:

умывайся по утрам и вечерам;

обязательно 1-2 раза в неделю купайся

не забывай мыть руки перед едой;

не забывай мыть руки после туалета;

делай зарядку, занимайся спортом;

правильно питайся;

соблюдай режим дня.