

## Беседа с детьми «Личная гигиена дошкольника»

**Цель:** показать важность и необходимость соблюдения правил личной гигиены; привить бережное отношение к своему здоровью.

### Задачи:

*Образовательные:* продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью, уточнить значимость соблюдения правил личной гигиены для ценности здоровья.

*Развивающие:* развивать познавательный интерес, мыслительную активность.

*Воспитательные:* воспитывать желание заботиться о своём здоровье, стремление вести здоровый образ жизни.

*Активизация словаря:* здоровый образ жизни, предметы личной гигиены.

*Материалы и оборудование:* дидактический материал о здоровом образе жизни, чудесный мешочек с предметами личной гигиены, ватные палочки, мыльно-спиртовой раствор, раздаточный материал: карточки с заданиям.

### Ход занятия:

- Здравствуйте, дорогие ребята! Говорить друг другу ЗДРАВСТВУЙ – это, значит, желать здоровья. Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Здоровье не купишь за деньги. Ребята, а что значит – быть здоровым? (ответы детей). Сегодня мы с вами поговорим о том, как помочь нашему организму и никогда не болеть, но сначала вспомним предыдущие занятия и поиграем в игру. Отвечайте дружно хором «Это я!», если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите:

- Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? +
- Кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым? –
- Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? +
- Кто мороза не боится, на коньках летит, как птица? +
- Ну, а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет? –
- Кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны? +
- Кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки? +
- Кот из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? –
- Кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку? +
- Кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать? +

- Ребята, когда я шла на работу, встретила странного мальчика, он был весь грязный, неопрятный и передал вам письмо, давайте его прочитаем.

«Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо.

Это глупое занятие не приводит ни к чему,

Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо.

Так зачем же тратить силы,

Время попусту идет.»

- Угадайте, как звали этого мальчика, вы с ним согласны?

### **Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

В моем волшебном мешочке собраны предметы (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды), помогающие нам сохранить свое здоровье! А чтобы узнать, что там за предметы, давайте отгадаем загадки и расскажем, для чего они предназначены и как ими пользоваться! Я вам загадываю загадки, а вам нужно будет догадаться, что лежит в мешочке!

#### **Отгадывание загадок**

- Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

- Скажите, сколько раз в день вы должны мыть руки?

- Зубов много,

А ничего не ест. (Расческа)

- А кто ещё может пользоваться твоей расческой?

- Хвостик из кости,

На спинке – щетинка.

Эта вещь поможет нам

Чистить брюки и кафтан. (Щетка)

- Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

- Сколько раз нужно чистить зубы?

- И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (Зеркало)

- Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –  
Нет сухого уголка. (Полотенце)

- Лёг в карман и караюлю –  
Рёву, плаксу и грязнулю.  
Им утру потоки слёз,  
Не забуду и про нос. (Носовой платок)

- Если руки наши в ваксе,  
Если на нос сели кляксы,  
Кто тогда нам первый друг,  
Снимет грязь с лица и рук?  
Без чего не может мама  
Ни готовить, ни стирать,  
Без чего, мы скажем прямо,  
Человеку умирать?  
Чтобы лился дождик с неба,  
Чтоб росли колосья хлеба,  
Чтобы плыли корабли -  
Жить нельзя нам без... (Воды).

- Что такое личная гигиена? Ребята, как вы думаете, можно ли заболеть от несоблюдения личной гигиены? (ответы детей). Грязь и неряшливость в одежде – это пренебрежение к своему здоровью. Грязнулями бывают, как правило, ленивые люди. Ленивые дети плохо учатся, не любят чисто писать в тетрадях, скучают на занятиях, не читают книги. Они не любят трудиться, помогать родителям в домашних делах. Давайте послушаем стихотворение про такого мальчишка, и может кто-нибудь узнает в нем себя.

Если б мыло приходило  
По утрам ко мне в кровать  
И само бы меня мыло,  
Хорошо бы это было!  
Если б книжки и тетрадки  
Научились быть в порядке,  
Знали все свои места –  
Вот была бы красота!  
Вот бы жизнь тогда настала!  
Знай, гуляй, да отдыхай!  
Тут и мама б перестала

Говорить, что я – лентяй!

– Ребята, о чем мечтал Петя?

– Мечтаете ли вы об этом?

### ***Физкультминутка "Веселый режим дня "***

Солнце глянуло в кроватку. Раз, два, три, четыре, пять.

Все мы делаем зарядку. Надо нам присесть и встать.

Руки вытянуть пошире. Раз, два, три, четыре, пять.

Наклониться – три, четыре. И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку. Дружно делаем зарядку.

Ой, а Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу,

Оба глаза!

Мойтесь, уши,

Мойся, шейка!

Шейка, мойся

Хорошенько!

Мойся, мойся,

Обливайся!

Грязь, смывайся!

- А вы знаете, что о здоровье народ сочинил много пословиц и поговорок? Сейчас я начну говорить начало пословиц, а вы постарайтесь их продолжить.

### ***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).

- Молодцы, ребята, верно отвечали!

### ***Дидактическая игра «Правильный совет»***

Вам, мальчишки и девчушки,  
Приготовила частушки.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
На неправильный совет  
Говорите: нет, нет, нет.

Постоянно нужно есть  
Для зубов для ваших  
Фрукты, овощи, омлет,  
Творог, простоквашу.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,  
Он совсем, совсем невкусный,  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад.  
Это правильный совет?  
НЕТ, НЕТ, НЕТ

Чтобы блеск зубам придать,  
Нужно крем сапожный взять.  
Выдавить полтюбика  
И почистить зубики.  
Это правильный совет?  
НЕТ, НЕТ, НЕТ!

Ох, неловкая Людмила,  
На пол щетку уронила,  
С пола щетку поднимает,  
Чистить зубы продолжает.  
Кто даст правильный ответ –  
Молодчина Люда? НЕТ!

Навсегда запомните,  
Милые друзья,

Не почистив зубы,  
Спать идти нельзя.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили  
И идете спать.  
Захватите булочку сладкую в кровать!  
Это правильный совет?  
НЕТ, НЕТ, НЕТ!

**Итог:** Молодцы, а теперь давайте постараемся составить правила личной гигиены:

- мыть руки перед едой, чистить зубы 2 раза в день, умываться, принимать ванну (душ)...
- Вы сегодня отлично занимались. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же делать это чаще.