Тема: Неделя здоровья.

Цель: вызвать желание у детей заботиться о своём здоровье.

Задачи:

-позакомить детей как витимины влияют на организм человека, об их пользе;

-дать представление о вредных и полезных продуктах питиания;

-познакомить детей с прибором - микроскоп;

-развивать тонкую и артикуляционную мотрику,внимание, память, активный и пассивнй словарь,интерес к исследованиям, координацию речи с движениями;

-вопитывать желание заботиться о своём здоровье;

-формирование навыков сотрудничества, инициативности, самостоятельности, положительной установки на участие в занятии.

Оборудование: письмо от Карлсона, картины с витаминами, микроскоп, видео «Грязная вода под микроскопом», «Микроб», мешок, мыло,шампунь, полотенце, зубная паста, расчёска.

-Здравствуйте, ребята!

-Почему когда люди встречаются они здороваются?

(здравствуйте – это значит, что мы желаем быть здоровыми).

-Сейчас мы с вами поздороваемся необычным способом.

П/и «Пальчики здороваются»

Упражнение выполняется сначала одной рукой, потом – второй, потом - двумя одновременно. Кончиком большого пальца касаемся – «здороваемся» с каждым пальцем.

-Что же такое здоровье?

Ответы детей.

-Быть здоровым очень важно. Только здоровый человек по-настоящему может познать радость жизни. Вот как говорится в пословице «Здоровье дороже богатства»

-Как вы понимаете эту пословицу?

Ответы детей.

-А чтобы быть здоровыми, мы делаем зарядку.

Артикуляционная гимнастика.

Язычок проснулся, встал и открыл окошко ( упражнение «Окошко»)

У него сегодня весёлое настроение (упражнение «Лягушка»)

Стал делать зарядку (упражнение «Часики», «Качели»)

Пошёл в ванную и начал чистить зубки нижние , а потом верхние (упражнение «Чистим зубки»)

Умылся водичкой (облизываем верхние губы, а потом – нижние)

Подошёл к зеркалу и стал причёсываться (упражнение «Расчёска»)

Мама нам приготовила вкусный завтрак. Налила в чашечку чай (упражнение «Чашка»), постряпала блинчиков (упражнение «Накажи непослушный язычок») и не забыла про варенье (упражнение «Сладкое варенье»).

Стук в дверь.

-Ребята, к нам пришло письмо от Карлсона, послушайте, что он нам пишет.

«Здравствуйте, ребята, меня зовут Карлсон. У меня случилась беда, я заболел. Говорят, чтобы не болеть, нужно правильно питаться. Я старался, ел всё только вкусное: пирожное, конфеты, банками сладкое варенье, пил пепси и колу. Но мне становится всё хуже и хуже. Ребята, помогите, мне, пожалуйста, разобраться, что мне нужно есть, чтобы не болеть»

-Ребята, поможем Карлсону? Какую пищу мы должны есть, чтобы быть сильными и здоровыми?

Ответы детей.

-Витамины оказывают различное влияние на здоровье человека. Например, витамин А очень важен для зрения (показ картинки с продуктами)

Витамин В способствует хорошей работе сердца (показ картинки с продуктами)

Витамин С укрепляет организм, помогает при простудах (показ картинки с продуктами)

Витамин Д делает наши ноги и руки крепкими, (показ картинки с продуктами)

Стихотворение читает ребёнок.

Никогда не унываю,

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, В,С.

-Что будет с человеком, если питаться одними сладостями?

Ответы детей.

Организму человека нужны различные продукты. Особенно полезны сырые овощи и фрукты: у того, кто их постоянно употребляет, как правило, бывает хорошое, бодрое настроение, гладкая кожа, изящная фигура.

Игра «Полезное – вредное»

(если полезное – хлопаем в ладоши, вредное – топаем ногами)

Морковь, молоко, чай, кока-кола, лимон, творог, чипсы, мясо, конфеты, рыба, яблоко, капуста, майонез, котлеты, помидоры, хлеб, сухарики, суп, каша.

Продукты бывают вкусные и полезные. Дети , которые едят полезную пищу, быстро растут, мало болеют, бывают крепкими и сильными.

Физминутка ( под музыку)

Я согнусь, разогнусь, (наклоны вперёд, руками касаясь пола)

В мячик поиграю, (прыжки на месте)

Попляшу, (прыжки с выбрасыванием ног вперёд)

Покручусь (прыжки вокруг себя)

И здоровья наберусь! (сгибают руки к плечам)

-Почему перед едой надо мыть руки?

(Ответы детей)

От игры и работы руки становятся грязными. И ничего тут нет страшного, на то они и руки. страшно, когда дети привыкают к грязным рукам и не моют их вовсе.

-Когда мы должны мыть руки?

(Ответы детей)

-Что произойдёт, если мы не вымыли руки перед едой?

-Если микроб пробрался в организм, он поселяется в человеке и раскрвает свой чемоданчик с ядом. Теперь твой организм заражён. И тут организм начинает реагировать. (Ответы детей) кружится или болит голова, поднимается температура. Если с вами всё это происходит, значит это проделки коварных микробов.

-Кто знает, как называется прибор, с помощью которого мы можем увидеть микробов?

(Ответы детей)

Показ микроскопа.

Учёные изобрели замечательный прибор – это микроскоп. В нём есть удивительное стекло, при помощи которого можно увидеть, то, что мы никогда не видим. Направишь такое стекло на грязные руки и, о, ужас. Что это? Самые незаметные существа, о которых вы даже не подозревали, собрались на грязных ладонях.

Стихотворение читает ребёнок.

Микробы бывают разные

Ужасные, опасные,

Страшные и грязные,

Коварные, упрямые,

Противные, заразные.

Ну, что вам понятно?

Ну, что вам приятно?

Показ видео-ролика «Грязая вода под микроскопом»

-А теперь представьте, что у вас на руках есть микробы. Как мы можем от них избавиться?

(Ответы детей)

Правильно, с помощью мыла. Намыливаем руки . Дыхательное упражнение «Сдуй микроба» (сдуваем «микроба»)

-Как часто надо мыть руки?

«От простой воды и мыла у микробов тают силы». Теперь нам микробы не страшны.

-А теперь я хочу с вами поиграть.

Игра «Волшебный мешочек»

Отгадывают загадку и достают из мешка этот предмет.

Не люблю грязнуль, нерях,  
Грязных шортиков, рубах.  
Чтоб без сажи были лица,  
Предлагаю всем умыться.  
А чтоб тело чистым было,  
Вам поможет в этом **..(Мыло)**

**Верный я помощник мыла,**

**Мою голову игриво,**

**Превращаюсь в пену я**

**Лёгкую и белую (шампунь)**

Пластмассовая спинка

На спине – щетинка.

Со своей подружкой пастой,

Чищу зубы не напрасно (зубная щётка)

Всех лохматых расчесать,  
Кудри в косы заплетать,  
Делать модную прическу  
Помогает нам … **(расческа).**

И махровое, и гладкое бывает.  
Кто помылся, тот о нем не забывает:  
Взрослого, младенца  
Вытрет...(полотенце)

-Для чего нам нужны эти предметы?

(Ответы детей)

Окончание занятия. Предложить детям вспомнить, чем они сегодня занимались, что больше всего понравилось, запомнилось.

Рефлексия.

Если вам понравилось сегодня на занятии и у вас всё получалось, то берём весёлого смайлика, если не всё получалось – берём грустный смайлик.