**Конспект занятия по валеологии в средней группе «Чистота- залог здоровья».**

**Задачи:**

1.Способствовать формированию у ребёнка потребности быть здоровым.

2. Выяснить сформированность навыков гигиенического поведения

3. Закреплять навыки самообслуживания

4. Уметь отгадывать загадки

**Ход занятия:**

Быть здоровым - это очень важно. И сегодня мы поговорим о чистоте.

* Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье?

Представьте себе неопрятно одетого неряшливого мальчика из сказки «Мойдодыр» . Он редко мыл руки с мылом, не любил мыться в ванне.

* Хотели бы вы дружить с этим мальчиком?

Ведь на руках скапливается огромное количество вредных микробов, которые мо­гут стать причиной опасных заразных болезней.

* Вспомните, из-за чего часто болит живот? (правильно: немытые руки)
* Скажите мне, пожалуйста, когда же надо мыть руки (после магазина, прогулки, детского сада, после туалета, перед едой и после еды, после того как поиграли с животными)
* Скажите, а что нужно чтоб быть здоровым (обливаться прохладной водой; делать утреннею зарядку, заниматься спортом, менять одежду, есть витамины, вовремя ложиться спать…)

**Физкультминутка «Хомка-Хомка хомячок»**

Давайте поговорим о чистоте дома.

*Игровая ситуация* «Беспорядок на кухне»

Представьте, что к Маше пришел Миша. Ребята вместе пообедали, а потом, не убрав со стола, ушли в комнату и стали играть. На столе бардак (немытые тарелки, чашки, ложки, хлеб, масло, сыр). В окно тут же залетели мухи на запах. Одна села на тарелку, другая на хлеб, третья на сыр. Мухи - опасные и вредные насекомые, они летают повсюду. Любят заглянуть в мусорный бак, на помойку. На своих лапках они переносят возбудителей болез­ней. Особенно они любят лентяев и грязнуль вроде Маши и Миши, которые не моют посуду, не убирают со стола, не выносят ведро с мусором.

• Ребята, что же надо сделать?

Правильно, в кухне мухам раздолье, вот почему нужно сразу после еды вымыть и убрать посуду, смести со стола крошки, вынести ведро.

**Стихотворение «Муха - надоеда»**

Муха- муха-надоеда Прилетела к нам к обеду. Видит муха: стол накрыт,

по тарелкам суп разлит.

Все готово - можно есть, Только где же мухе сесть? Села муха на окошко,

съела муха хлеба крошку. Тряпкой муху мы прогнали: «В гости мы тебя не звали!»

Расскажите, как вы убираете свою комнату ? (вытираем пыль, аккуратно раскладываем книги, одежду, игрушки)

* Зачем вы это делаете?

(Удаление частичек грязи, пыли. Домашняя пыль очень вредная! Она может вызвать покраснение глаз, чихание, насморк, то есть аллергию)

* А что такое влажная уборка?

(мытьё пола, игрушек как можно чаще)

**Стихотворение «Чистюля енот»**

Жил в лесу енот-чистюля

Чистил ложки и кастрюли,

Делал по утрам уборку-

Приводил в порядок норку,

Убирал и грязь, и сор,

Подметал метлою двор,

Красил кисточкой скамейки,

Поливал цветы из лейки.

В деревянное корытце

Наливал енот водицы

И стирал своим детишкам

Рубашонки и штанишки.

Как-то мимо шла бабуля

И заметила чистюлю:

«Ах, работник золотой,

Ты убрал бы домик мой!

В доме пол давно не мыли

Там скопилось много пыли,

Нет ни тряпки, ни метлы,

В паутине все углы!»

Отвечал енот-чистюля:

«Помогу тебе, бабуля!

Обмету углы метлою,

Дом почищу и помою,

Рамы кисточкой покрашу –

Станет дом новей и краше!»

**Загадки.**

Поясок я подвяжу,

Да по кухне запляшу,

Мусор соберу в совок,

Да и спрячусь в уголок. (веник)

Он сосет и пыль, и сор;

Чистит кресла и ковер.

В доме мусор соберет

И не разу не чихнет. (пылесос)

Соберу рубашки, майки

И скажу ей: «Постирай-ка!

В барабане покрути

И все чистым возврати!» (стиральная машина)

***Вопросы на закрепление:***

* Как связаны здоровье и чистота?
* Когда надо мыть руки?
* Зачем надо стричь ногти и удалять грязь под ногтями?
* Почему мух и тараканов называют вредными насекомыми?
* Помогаете ли вы маме убираться, мыть посуду?