Открытый клубный час воспитателя ГПД 2 «А» класса Базалевской

Елены Владимировны гимназии №1570.Тема: «Режим дня»

от 18 марта 2009года.

Цель:Сформировать понятие «здоровый образ жизни».Формировать у детей убеждение о пользе здорового образа жизни.Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Воспитатель сообщает детям о том , что сегодня свой клубный час мы посвятим «здоровому образу жизни» и предлагает детям игру.

На доске расположены карточки со словами:

весёлый неуклюжий грустный

добрый бледный вялый

энергичный ловкий конфликтный

с хорошим аппетитом сутулый

подтянутый

сильный

Задание: Найдите слова для характеристики здорового человека.

Дети называют слова характеризующие здорового человека, воспитатель размещает их в один столбик.

Вос-ль:

-Каким же обычно бывает здоровый человек?

Дети:

-Весёлым,добрым,энергичным, с хорошим аппетитом, подтянутым,сильным,ловким.

Вос-ль.:

- Для достижения такого результата и вида,что же надо делать.

Дети отвечают:правильно питаться,закаляться,заниматься спортом,соблюдать режим дня.

Дети называют действия и поясняют их.Воспитатель дополняет и одобряет правильные ответы детей.

Воспитатель предлагает детям послушать стихи.

1.Рано встать 2.Проганю остатки сна 3. С шумом стайка водяная  
 Рано в кровать. Одеяло в сторону На руках дробится,

Завтра на парте Мне гимнастика нужна- Никогда не забывай

Не будешь зевать. Помогает здорово. По утрам умыться.

4. Чистят ножи, и кастрюли и трубы 5.Вовремя пей

Как же не чистить Вовремя ешь

До завтрака зубы? Будешь до старости

Крепок и свеж.

6 .Коль пришёл ты на урок 7 . Чтобы ночью лучше спать

На язык повесь замок Видеть сон хороший

Но далеко не прячь ключи Мы советуем гулять

Там где надо не молчи. Вечером погожим.

-НУ что догадались?

Дети говорят , что это «режим дня».Воспитатель спрашивает о том , есть ли у них режим дня и соблюдают ли они его,за тем предлагает рассказать о своём режиме дня (идёт обсуждение).Воспитатель задаёт вопросы :

1. Зачем нужен режим дня?
2. Как режим дня помогает сберегать здоровье?
3. Чему учит режим дня?(не только распорядку и беречь своё здоровье и время ).

Далее воспитатель предлагает объяснить смысл пословиц:

- Упустишь минуту - потеряешь час.

- Кто поздно встаёт , тот дня не видит.

- Кто много хочет знать,тому мало надо спать

- Кончил дело гуляй смело

Беседу с детьми воспитатель заканчивает словами:

«Помни твёрдо, что режим

Людям всем необходим!»

Каждому ребёнку вручается «режим дня «.