**Максат:** Балаларның үз сәламәтлеге турында күзаллауларын киңәйтү; дөрес туклану, физик күнегүләр, гигиена кагыйдәләрен үтәү белән сәламәтлекнең ныклы бәйләнештә булуын аңларга булышу; үзеңнең сәламәтлеген өчен кайгыртучанлык һәм аны саклый белү теләге тәрбияләү, сөйләм телләрен үстерү, сәләтләрен камилләштерү.

**Кирәкле материаллар:** җиләк-җимешләр, яшелчәләр(берәр), чипсы,поп-корн,сагыз, кириешки, шоколад, конфет, кока-кола, чупа-чупс, сөт әйберәле, өстәл, кечкенә курчак, тартма, кыңгырау, спорт инвентарьлары, сәгать.

**Сүзлек өстендә эш:** сәламәтлек, сәяхәт, файдалы, зарарлы, көндәлек режим, шөгыльләнгән, әгъза.

**Эшчәнлек барышы:**

Музыка астында тәрбияче ярдәмчесе балаларны икенче бүлмәдән сөйләшә-сөйләшә залга алып керә:

**Тәрбияче ярдәмчесе:** Балалар,әйдәгез әле, “сәламәтлек иле”нә кунакка барыйк. Барасыгыз киләме?

**Балалар:** Бик килә.

**Тәрбияче ярдәмчесе:**Әйдәгез җитәкләшик тә, бергәләп киттек.

Килеп җитәләр, аптырыйлар.

**Тәрбияче ярдәмчесе:** Балалар, карагыз әле, нәрсә икән бу?

**Балалар:** Белмибез.

**Тәрбияче ярдәмчесе:** Кыңгыравы да бар, әйдәгез шалтыратып карыйк әле.(шалтырата)

Икенче яктан тәрбияче килеп чыга.

 **Тәрбияче:** Кайсыгыз мине чакырды? Әй, минем дусларым килгән икән бит. Хәерле көн дусларым!

**Балалар:** Хәерле көн.

**Тәрбияче:** Кәефләрегез әйбәтме?

**Балалар:** Әйбәт, ә сезнең?

**Тәрбияче:** Минем дә кәефләрем бик әйбәт. Суыктан курыкмыйча килеп җиткәнегез өчен рәхмәт. Ягез әле, барыгызны да җылытыйм. (балаларны кочаклый)

Әйдәгез әле бер-бербезгә елмаеп карыйк. Җылынып киттегезме? Әйдәгез кунакларның да кәефләрен күтәреп, җылытып җибәрик әле .

(Балалар елмаеп кунакларга хәерле көн телиләр)

**Балалар:** Хәерле көн сезгә.

**Тәрбияче:** Балалар, карагыз әле, менә монда минем серле тартмам бар, аның эчендә нәрсәләр барлыгын беләсегез киләме?

**Балалар:** Килә.

**Тәрбияче:** Сез миңа узегез исе, төсе, формасы турында сораулар бирегез.

**Балалар:** Бу нинди төстә? Моны кая куялар? Күзләре бармы? Исе бармы? Бу йориме? Монын белән нишлиләр? Һ.б.

**Тәрбияче**: Әйе, балалар, бу курчак. Балалар, бу кешегә охшаганмы? Кайсы ягы охшаган?

**Балалар:** Күзләре, чәчләре, аяклары , куллары һ.б.

**Тәрбияче:** Ә кайсы ягы белән охшамаган?

**Балалар:** Йөрәге, җаны юк, йөри алмый.

**Тәрбияче:** Бик дөрес, балалар. Ә хәзер кем миңа курчак турында шигырь сөйләп күрсәтә?

**Бер бала шигырь сөйли:** Минем бер курчагым бар

Сузып кына “Әннә-ә-ә-ә-ә-ә” ди

Абый әйтә “Әттәбезне”

Яратмыйсың мәллә ди?

**Тәрбияче**: Ай, рәхмәт,Дилә. Балалар, курчаклар да әниләрен яраталар икән, ә сез әниләрегезне яратасызмы?

**Балалар:** Бик яратабыз.

**Тәрбияче:** Әйдәгез әниләребезне яратып күрсәтик әле.

 (Үз – үзләрен каты итеп кочаклыйлар)

**Тәрбияче:** Балалар, әниләрегез сезгә нинди матур сүзләр белән эндәшәләр?

(Балаларның җаваплары)

**Тәрбияче:** Ә хәзер әйдәгез, уен – тәҗрибә күрсәтәбез.

Өстәлдә стаканда су. Тәрбияче баланың кулын бәйләп стакандагы суны эчәргә куша. (бала эчә алмый)

**Тәрбияче:** Балалар, куллар булмагач нишләп булмый икән?

**Балалар:** (Су эчеп, рәсем ясап, эшләп булмый)

**Тәрбияче:** Бик дөрес, димәк кулларны сакларга кирәк икән.

Тәрбияче икенче баланы чакырып күзен бәйли, су эчәргә куша. Бала стакандагы суны эчә алмый.

**Тәрбияче:** Күзләр булмагач нишләп булмый икән?

(Эчеп булмый, йөреп булмый, күреп булмый)

**Тәрбияче:** Бик дөрес,балалар, димәк күзләрне дә сакларга кирәк икән.

Тәрбияче 3 нче баланы чакыра, авызын бәйли, су эчәргә куша. Бала эчә алмый.

**Тәрбияче:** Балалар, авыз булмагач нишләп булмый икән?

**Балалар:** Сөйләшеп, ашап булмый.

**Тәрбияче:** Әйе, дөрес, балалар, димәк безгә бөтен әгъзаларыбызны да сакларга кирәк икән.

**Тәрбияче:** Әйдәгез, хәзер барыбыз да басып узебезне яратып уйнап алыйк әле.

**Физкультминутка:**

* Чәчләрем- йомшакларым ( ышкыйлар)
* Колакларым-кыйгакларым (тотып күрсәтәләр)
* Күзләрем-йолдызларым (күрсәтәләр)
* Битләрем- алмаларым (Түгәрәкләп күрсәтәләр)
* Борыным-бергенәм (кул белән тоталар)
* Тешләрем-энҗеләрем (күрсәтәләр)
* Иреннәрем-бәбкәләрем (күрсәтәләр)
* Колакларым-тыңлаусызларым (тарталар)
* Корсагым-карбызым (түгәрәкләп күрсәтәләр)
* Кулларым-уңганнарым (күтәреп күрсәтәләр)
* Аякларым-җитезләрем (йөгерәләр)

**Тәрбияче:** Молодцы, рәхмәт, балалар. Әйдәгез утырып сөйләшеп алыйк әле, барагыз да тактага карагыз. Менә монда сәламәтлеккә файдалы һәм зыянлы әйберләр ясалган.Әйдәгез бик яхшылап карыйк кайсы әйберләр безнең сәламәтлеккә файдалы икән?

(Балалар санап чыгалар)

**Тәрбияче:** Ә хәзер зыянлы әйберләрне карап чыгыйк.

(Балалар карап чыгалар)

**Тәрбияче:** Әйдәгез сәламәтлеккә зыянлы әйберләрне сызып чыгыйк. Сез әйтеп торыгыз, ә мин сызып торам. (Тәрбияче сызып чыга)

**Тәрбияче:** Балалар, ни өчен безгә шушы файдалы әйберләрне генә ашарга кирәк?

**Балалар:** Авыртмас өчен, сәламәт булсын өчен.

**Тәрбияче:** Бик дөрес, балалар. Сәламәт булганда гына без бар нәрсәне эшли алабыз, димәк безгә сәламәтлегебезне сакларга кирәк икән.

**Тәрбияче:** Тыңлагыз әле, хәзер мин сезгә бер вакыйга сөйлим: Марат исемле бер малай булган, ул әти-әнисен тыңламыйча төн буе телевизор караган. Ә иртән йокыдан тора алмаган һәм бакчага барырга соңга калган. Дәрестә дә катнаша алмаган, чөнки аның йокысы килгән. Балалар, Марат дөрес эшләгәнме? Ни өчен шулай булган?

(Балаларның җаваплары)

**Тәрбияче:** Димәк Марат вакытында ятмаган һәм вакытында тора алмаган: ул көндәлек режимын үтәмәгән. Ә көндәлек режимга нәрсәләр керә икән?

**Балалар:** Вакытында тору, бит-кулларны юу, тешләрне чистарту, иртәнге гимнастика ясау, вакытында ашау, вакытында яту.

**Тәрбияче:** Бик дөрес, балалар. Әйдәгез хәзер барыбыз да басып ял итеп алыйк.

Каждый день по утрам

Делаем зарядку

Очень нравится нам

Делать по порядку

Весело шагать

Руки поднимать

Приседать и вставать

Бегать и скакать

Здоровье в порядке

Спасибо зарядке.

**Тәрбияче:** Рәхмәт балалар, әйдәгез хәзер кибеткә сәяхәт ясап алыйк әле.

(Өстәлдә сәламәтлеккә файдалы һәм зыянлы әйберләр. Һәр бала чыгып берәр әйбер ала.)

**Тәрбияче:** Гөлчәчәчк, ни өчен син алма алдын?

**Гөлчәчәк:** Сәламәтлеккә файдалы.

**Тәрбияче:** Камилә, ә син ни өчен йогурт алдын?

 **Камилә:** Сәламәтлеккә файдалы.

Тәрбияче шул рәвешле һәр балардан сорап чыга. Кибеттә калган әйберләрнең сәламәтлеккә зыянлы икәнлеге кабат әйтелә.

**Тәрбияче:** Димәк, сәламәт булыр өчен нишләргә кирәк икән?

**Балалар:** Көндәлек режимны үтәргә, спорт белән шөгыльләнергә кирәк икән.

**Тәрбияче:** Балалар, әйдәгез бер-беребезгә сәламәтлек телик әле.

( Балалар кул кысышалар, кочаклашалар, биткә битне тидерәләр, “сәламәт бул” дияләр)

**Тәрбияче:** Ай булдырдыгыз, рәхмәт сезгә. Әйдәгез хәзер кунакларыбызга да үз теләкләрегезне әйтеп үтегез, сәламәт булыр өчен нишләргә кирәк икән?

**Балалар:** Дөрес тукланыгыз! Эшкә җәяү йөрегез! Күбрәк саф һавада булыгыз! Әйбәт яшәгез! Авыртмагыз!

**Тәрбияче ярдәмчесе:** Балалар, менә сәламәтлек илендә күп нәрсәләргә өйрәндек,бик күп кирәкле әйберләр белдек, ә хәзер әйдәгез шушы өйрәнгәннәребезне төгәл үтәрбез дип сәламәтлек иле җитәкчесе Былбыл Варисовна белән саубуллашып бакабызга кайтыйк.

**Балалар:** Сау булыгыз!

**Тәрбияче:** Сау булыгыз! Сәламәт булыгыз!

Муниципаль бюджет мәктәпкәчә белем бирү учреждениесе

 Пыжмара “Тургай” балалар бакчасы

Сәламәтлек иленә сәяхәт

Аттестация комиссиясе өчен үткәрелгән ачык эшчәнлек

1 категорияле тәрбияче: Ахатова Б. В.

2010 ел