**Конспект тренинга**

 **для детей старшего дошкольного**

**возраста на тему:**

 **«Путешествие в город Чистоты и Порядка».**

Составили и провели:

учитель-логопед - Сизова И. А.,

педагог-психолог - Морева Н. В.,

ГБОУ СОШ № 332 (дошкольное отделение № 3)

 СВОУО г. Москвы.

**Тема**: «Путешествие в город Чистоты и Порядка».

**Цель**: формирование у детей основ здорового образа жизни и привитие основных гигиенических навыков.

**Задачи:** а) закрепление теоретических знаний и умений детей по соблюдению личной гигиены;

б) воспитание стремления к чистоте и аккуратности;

в) развитие способности объяснять смысл пословиц о лени и труде.

**Оборудование**: Карта путешествия (Приложение 1); волшебный мешочек с гигиеническими принадлежностями: зубной щеткой, носовым платком, расческой, платяной щеткой; веник и мусор из бумажек; 3 ведра, 3 веревки, 6 платков/полотенец, 12 прищепок; платок для введения детей в образ; игрушка – Петрушка.

**Ход тренинга.**

Дети заходят в музыкальный зал, подходят к столам, на которых лежат бланки с простыми карандашами.

На ковре в зале стоит мольберт с картой маршрута путешествия.

**Ведущий:** Сегодня мы отправимся в необычное путешествие по морю. Ну, вот вопрос: на чем? Перед вами листочек бумаги, а на ней точки с цифрами. Соединив по порядку точки с цифрами, мы узнаем, на чем мы с вами отправимся.

  - Так на чем мы с вами полетим? (дети отвечают: «не полетим, а поплывем») Вот на этих чудесных лодках мы поплывем за новыми знаниями.

Ведущий применяет психологический прием введения детей в образ - делает взмах тонким платком.

Для этого я приглашаю всех в воображаемые лодки – столы. Каждая лодка вмещает 6 человек, рассаживайтесь. Мы поплывем в город Чистоты и Порядка. По пути нам будут встречаться острова. Чтобы случайно не наткнуться на остров, мы будем следить за нашим передвижением по карте путешествия (демонстрация карты). Итак, начинаем путешествие.

**Ведущий:** Пока будем плыть, глубоко вдыхайте носом морской воздух, а выдыхайте его ртом (звучит аудиозапись шума прибоя). Первый остров на нашем пути называется Грязнулькино. Как выдумаете, почему он так называется? (Ответы детей: Здесь живут люди, которые совсем перестали заботиться о чистоте и здоровье. Они не чистят свою обувь и одежду, не моют руки, не чистят зубы, не пользуются носовым платком и расческой).

- Может быть, у них нет гигиенических принадлежностей? А какие вы знаете гигиенические принадлежности?

Ответы детей: зубная щетка, мочалка, расческа, носовой платок, платяная щетка.

Ведущий проводит игру «Волшебный мешочек». Инструкция к игре: «В мешочке гигиенические принадлежности. Не глядя, наощупь надо определить какая это принадлежность и объяснить, для чего она нужна человеку».

Добавления ведущего:

- если зубы не чистить, то они разрушаются от кариеса; на зубах все время образуется мягкий налет, этот налет легко удаляется при помощи зубной пасты и щетки; зубную щетку надо менять каждые 3 месяца;

- нельзя выходить из дома без носового платка; если человек чихает или кашляет, то у него изо рта с огромной скоростью вылетают капельки слюны, насыщенные микробами, и могут заразить большое количество людей; один носовой платок, сложенный вчетверо, может задержать почти всех микробов;

- волосы надо расчесывать несколько раз в день не спеша, аккуратно, не обрывая их; волосы надо регулярно мыть шампунем; длинные волосы надо расчесывать, начиная с концов, постепенно передвигаться вверх, к корням; на ночь длинные волосы заплетают в косички, чтобы они не путались; нельзя пользоваться чужой расческой;

-на верхней одежде иногда бывают соринки и волоски, это придает одежде неопрятный вид, платяной щеткой с жестким ворсом можно легко снять эти соринки и волоски.

**Ведущий:** Теперь все обитатели острова Грязнулькино знают, как заботиться о чистоте и порядке. Давайте оставим им Волшебный мешочек с гигиеническими принадлежностями, чтобы они не забывали ухаживать за собой. А мы поплывем дальше, к следующему острову. Глубоко вдыхайте носом морской воздух, а выдыхайте его ртом (звучит аудиозапись шума прибоя). Мы подплываем к острову Лентяйкино. Как выдумаете, почему он так называется? (Ответы детей: Обитатели этого острова похожи на жителей острова Грязнулькино – такие же грязные и неопрятные, потому что им лень ухаживать за собой. Им лень умыться, почистить зубы, лень причесаться, лень застелить свою постель и убрать в комнате).

- Вспомните пословицы и объясните их смысл жителям-лентяям.

Дети называют пословицы:

- Не думай быть нарядным, а думай быть опрятным;

- Лентяй за едой здоров, за работой болен;

- У ленивой Федорки на все отговорки;

- От лени – болезнь, от работы – здоровье;

- Под лежачий камень вода не течет;

- Ленивому и в будни праздник.

**Ведущий:** Я думаю, что обитатели острова Лентяйкино все поняли и не будут больше лениться. А нам пора плыть дальше. Глубоко вдыхайте носом морской воздух, а выдыхайте его ртом (звучит аудиозапись шума прибоя). Мы подплываем к острову Физкультуркино. Как выдумаете, почему он так называется? (Ответы детей: Обитатели этого острова очень любят делать зарядку. Все, кто приплывает к ним в гости, обязательно делают зарядку).

Динамическая пауза проводится по усмотрению физкультурного работника с применением здоровьесберегающих технологий.

1.Подняли руки вверх и потянулись за руками вправо, влево;

2.Руки в стороны, ладони вверх; поочередное сгибание пальцев рук, вращение кистей рук, предплечий;

3.Поочередное поднимание плеч; поднимание каждого плеча на два счета;

4.Выдвигание плеч вперед-назад на четыре счета;

5.Движения тазом: вправо-влево, вперед-назад, круговые, восьмеркой;

6.Поочередное поднимание колен, вращение коленями;

7.Круговые движения стопами, движение «елочкой» вправо-влево;

8.Ходьба на месте, сопряженное с отхлопыванием.

**Ведущий:** Ежедневная зарядка помогает нам быть здоровыми и стройными. Спорт помогает улучшить осанку.

**Ведущий:** Путешествие продолжается. Глубоко вдыхайте носом морской воздух, а выдыхайте его ртом (звучит аудиозапись шума прибоя). Мы подплываем к острову Загадкино. Как выдумаете, почему он так называется? (Ответы детей: Здесь загадывают загадки).

- Здесь живет очень любознательный и любопытный человечек (из-за ширмы появляется кукла Петрушка, под музыку делает несколько танцевальных движений).

**Петрушка:** Здравствуйте, ребята! Добро пожаловать на мой остров! Я всем гостям всегда загадываю загадки, а за правильные ответы вручаю флажки. Слушайте загадки.

Костяная спинка, Зубастая пила,

Жесткая щетинка, В густой лес пошла,

С мятной пастой дружит, Весь лес обходила,

Нам усердно служит (зубная щетка). Ничего не спилила (расческа).

Лег в карман и караулю, Кто меня назвать не сможет?

Реву, плаксу и грязнулю, Я на ежика похожа,

Им утру потоки слез, И от пыли, и от пятен

Не забуду и про нос (нос. платок). Охраняю ваше платье(пл.щет)

Хлопотун Егорка Ускользает, как живое,

Взялся за уборку: Но не выпущу его я,

В пляс по комнате пошел, Дело ясное вполне:

Оглянулся – чистый пол (веник). Пусть отмоет руки мне (мыло).

**Петрушка:** Молодцы, все загадки отгадали! Отправляйтесь дальше. Счастливого пути!

**Ведущий:** Продолжаем путешествие. Глубоко вдыхайте носом морской воздух, а выдыхайте его ртом (звучит аудиозапись шума прибоя). Мы подплываем к острову, на котором расположился город Чистоты и Порядка. Как выдумаете, почему он так называется? (Ответы детей).

- Посмотрите, какой он красивый и чистый! Сколько в нем зелени и ярких клумб! Все газоны аккуратно подстрижены, а на тротуарах ни одной соринки. Посмотрите, какие нарядные жители ходят по этому городу. У них отглажена одежда, причесаны волосы. Горожане очень доброжелательные и улыбчивые, потому что у них белые здоровые зубы.

Далее проводиться игра (по выбору).

Ведущий проводит игру «Подмети пол». Жители этого города очень любят подметать тротуары. А вы умеете подметать пол?

Инструкция к игре: «Подмети пол».

**Ведущий:** Жители этого города опрятно одеты. Если их одежда стала грязной, то они сами стирают ее и развешивают на веревке. А вы умеете стирать?

Ведущий проводит игру «Постирай платочки». Инструкция к игре: «Вас трое. Двое из вас натягивают веревку, а третий «стирает» платочки и развешивает их на веревке».

**Ведущий**: Вот и закончилось путешествие в город Чистоты и Порядка. Мы приплыли к тому месту, откуда начиналось путешествие. Выходите из своих лодок. Пора возвращаться в детский сад…

**Петрушка**(выглядывая из-за ширмы): Подождите, подождите, за вашу сообразительность мне захотелось сделать вам подарок. Вот, возьмите эти пазлы, будете их собирать да меня вспоминать (передает коробку ведущему).

**Ведущий:** Ребятам очень приятно. Передам коробку воспитателю. Ну что же, пора возвращаться в детский сад…(ведущий выполняет психологический прием выведения детей из образа – взмах платком).

Ну вот, мы снова в музыкальном зале. Вам понравилось? Я надеюсь, вы будете счастливыми, здоровыми и не забудете, что чистота – лучшая красота.

До свидания!