**Цель:** формировать привычку к здоровому образу жизни.

**Задачи:** учить детей ответственно относиться к состоянию зубов, закрепить правила и навыки ухода за зубами, уточнить представления о предметах личной гигиены.

 **Ход занятия**

- Расскажу я вам сегодня удивительную историю. Рано утром Незнайка слушал радио. Но был невнимателен и все перепутал. А в волшебной стране Здоровья загадывали такую загадку : «Что на свете всего дороже?» . Давайте поможем Незнайке найти отгадку. Как вы думаете, что на свете всего дороже? ( Мебель, золото, машина ,родители.)

Загадка волшебная, заглянем в волшебный сундучок: может, он нам поможет. Что вы там увидели? (в сундучке находится зеркало)

- Правильно. Себя. Так что же всего дороже? Каждый из вас, ваше здоровье дороже всего на свете! Сегодня мы будем учиться беречь свое здоровье и вместе с Незнайкой отправимся путешествовать по стране Здоровья.

Скажите, кто из вас болел в этом в этом году?

- А чем вы болели?

- А знаете, почему это произошло?

- Правильно. В ваш организм попали микробы, потому что вы не выполняли правила гигиены. Давайте поиграем с Незнайкой и научим его, чем можно пользоваться всем вместе, а чем только одному.

**Игра «Можно – нельзя»**

Полотенце…. Карандаши…

Кисточка… Носовой платок…

Зубная щетка… Книга…

Зубная паста… Ключи…

Расческа… Игрушки…

- Молодцы, правильно! Но бороться с микробами и болезнями нам помогут и звуки. Хотите узнать как?

1. Если у вас болит горло, надо превратиться в комарика и спеть его песню (руку приложить к горлу – з-з-з-з-з)

2. Когда начинаем кашлять, становимся большими жуками (ладонь к грудной клетке –ж-ж-ж-ж-ж)

3. А когда очень устали и болит голова, слушаем шум волн (с-с-с-с-с)

- Продолжаем путешествие по стране Здоровья.

Встреча со Светофором.

- Светофор хочет с вами поиграть, поэтому напоминаю правило. На красный свет – сидим, на желтый – встаем, на зеленый – бежим на месте.

- Размялись, отдохнули. Вдохнули глубоко носом, выдохнули через рот. Еще раз вдохнули – выдохнули.

- В стране Здоровья растет полезный цветок. Он помогает людям быть здоровыми. Рассмотрим его лепестки.

1. Моем овощи и фрукты.

2. Моем руки.

3. Пользуемся зубной щеткой, расческой, носовым платком и полотенцем – каждый своими.

4. Закаляемся, занимаемся физкультурой, делаем зарядку.

Спросим у Незнайки, запомнил ли он что – нибудь? Мне кажется, у Незнайки что – то случилось! У него заболели зубы! Он опять что – то не так сделал! Будем его выручать.

**Игра « Полезно – вредно»**

Капуста… Морковь…

Конфеты… Торт…

Яблоки… Жевательная резинка…

Сахар…

- Послушайте сказку про королеву Зубную Щетку.

Жила – была королева Зубная Щетка. У нее был свой домик – красивый футляр. Но ей было грустно одной, и поэтому она больше всего любила ходить в гости, украсив себя ароматной вкусной пастой. Вы уже догадались, к кому она ходила в гости? Да, к своим друзьям – зубам. Их было много-много.

Зубная Щетка здоровалась с каждым зубом, кланялась сверху вниз и спрашивала: « Как здоровье, как дела?», а когда собиралась домой, кланялась слева направо и справа налево.

Потом бежала играть с водой. Долго плескалась и радовалась. А после возвращалась домой. Как вы думаете, чему научила нас сказка?

- Наше путешествие закончилось, а на память о нем нам подарили волшебное заклинание:

От простой воды и мыла

У микробов тает сила.