**Занятие «Школа Айболита»**

**Задачи:**

1. Закреплять и совершенствовать ценные для здоровья привычки, формировать у детей осознанное отношение к ним:

а) потребность к движениям;

б) закаливание;

в) правильный уход за зубами.

1. Пополнить словарный запас словами: мыло, полотенце, расчёска, зубная паста, зубная щётка, вода, душ, здоровье, вредные и полезные продукты, микстура, витамины, рецепт.
2. Способствовать повышению общего психофизиологического тонуса, возникновению положительного эмоционального настроя.

**Наглядный материал:** Д/И «Кому что нужно?» «Полезное и вредное». Кроссворд. Графин с микстурой, отвар шиповника.

**Ход:** До прихода Айболита, воспитатель получает посылку. В посылке письмо от Айболита, эмблемы с портретом Айболита;

Стук в дверь. Входит Айболит.

Здравствуйте, ребята! Вы узнали меня! Я вижу вы получили мою посылку. Вот эти эмблемы на которых изображён мой портрет, означают что вы приняты в мою «Школу Айболита», «Школу здоровья и чистоты». Моя школа нужна для того, чтобы вы бодрыми были крепкими, здоровыми, чистыми, весёлыми. Вы же хотите быть такими?

 «Я желаю вам ребята

 Быть здоровыми всегда

 Но добиться результата

 Не возможно без труда».

Ведь чтобы вы были здоровые, от вас требуется много труда и усилий. Скажите мне, пожалуйста, вы зарядкой занимаетесь? Каждое утро? не ленитесь? А какие упражнения вы делаете, может мне кто-то из вас покажет?

«Я хочу, друзья признаться,

 Что люблю я тоже по утрам

 Физзарядкой заниматься

 Что советую и вам.

Ну, дружно вместе со мной

 Раз, два, три, четыре –

 Будем всех сильнее в мире,

 Будем в цирке выступать

 Бегемота поднимать.

 Мы присядем столько раз,

 Сколько бабочек у нас.

 Раз, два, три, четыре, пять

 Можно всё пересчитать

 Сколько в комнате углов?

 Сколько ног у воробьев?

 Сколько пальцев на руках?

 Сколько пальцев на ногах?

 Сколько в садике скамеек?

 Сколько в пяточке копеек?

 «Всем зарядку делать надо,

 Много пользы от неё,

 А здоровье – вот награда

 За усердие твоё!

 Ребята, а что нужно делать после зарядки, но перед едой? (Умываться). А зачем мы умываемся, моем руки, лицо? (Чтобы быть чистыми, здоровыми). Да, детки, правильно. Надо всегда утром и вечером мыть руки с мылом перед едой, чтоб не случилось с вами беды, чтобы вы не заболели.

 «Ведь в грязи живёт зараза

 Незаметная для глаза

 Если руки не помыв

 Сели пообедать вы

 Вся зараза эта, вот!

 К вам отправится в живот!

Поэтому «Постарайтесь не лениться –

 Каждый раз перед едой,

 Прежде чем за стол садиться

 Руки вымойте с мылом и водой.

 А теперь в моей любимой игре мы проверим, знаете ли вы предметы туалета. Д/И «Кому, что нужно».

Молодцы, хорошие знания у вас. Я вами довольна.

 А может быть вы и стихотворения знаете, ну вот например такое «Да здравствует мыло душистое»…, а дальше я забыл, помогите мне (2-3 стихотворения).

 Сейчас я с вами ещё хочу поиграть в свою любимую игру «Буль-буль-буль». Делайте как я (физминутка).

 А что вы ещё делаете, чтобы быть здоровыми? (закаливаемся). Да, вы что, а как вы закаливаетесь? Что значит закаляться?

(Умываться холодной водой, ноги перед сном мыть и т.д.).

 И вы это всё выполняете и не ленитесь? (Да).

Молодцы, «Свежим воздухом дышите

 По возможности всегда

 На прогулки в лес ходите

 Он вам силы дает друзья».

 А я ещё оздоравливаю свой организм с помощью самомассажа тех точек которые помогают нашему организму быть здоровыми. (Самомассаж 2-3 минуты).

 Если вы будите выполнять каждый день этот самомассаж то никогда не будите болеть.

 Детки, а у вас кто-нибудь ангиной болел? А как вы думаете, от чего у вас была ангина? А чем вас мама лечила? (таблетки давала, мазью мазала). Ребята, а это было, наверное, горько, неприятно? (Да).

 А я знаю рецепт без лекарств как закалять горло, чтобы оно не болело, я научу вас, а вы маму. Игра «Волшебный напиток».

 А теперь представьте, закроете глазки и я ваш учитель – Доктор Айболит – волшебник, а вы мои ученики. Повторяем со мной

 Я хороший, добрый ребенок,

 Всем детям в группе я желаю здоровья,

 Пусть все будут здоровыми, добрыми, и красивыми.

а теперь откройте глазки и делайте как я (дети делают поясы над кружечкой с водой.

 «Водичка вкусная и приятная».

 Я никогда не буду болеть. Я – здоров. Посмотрите какая стала вода, чувствуется ли её аромат. После этого дети полощут рот, промывая всю его полость. После этого со звуком а-а, полощут горло и проглатывают воду. Какая стала она на вкус? Если вы будите так полоскать рот горло после каждого приёма пищи оно у вас никогда не будет болеть. Детки а сейчас я хочу, чтобы вы мне улыбнулись, хочу посмотреть на ваши улыбки. Какие у вас красивые улыбки, и зубки у вас красивые, белоснежные.

 А ну-ка проведите язычком по зубам, какие зубки (остренькие, гладенькие). А у вас такие красивые улыбки и зубки у вас такие красивые, потому что вы, наверное, правильно умеете за ними ухаживать?

 Расскажите, как вы думаете, от чего зубки болели? А какие для зубов полезные продукты? А какие вредные?

 (Д/И «Полезное, вредное»).

 Детки я вами очень доволен, у вас хорошие знания.

 А вот у моих друзей зайчат зубки совсем не болят. Хотите послушать историю «Почему же у зайчат зубки не болят».

 (История на фланелеграфе).

 Ребята, я посмотрю на вас все вы умеете ухаживать и за телом и за зубами, и закаляетесь и физзарядкой занимаетесь, а отгадывать загадки вы умеете? (Да).

 Тогда я буду вам загадывать загадки, а отгадывать буду вписывать в пустые клеточки.

З

У

Б

Ы

Д

У

Ш

О

Л

Ы

М

Р

А

С

Ч

ЁС

С

К

А

П

О

Л

О

Т

Е

Н

Ц

Е

В

О

Д

А

Ь

С

Я

Т

Я

Л

А

К

А

З

Г

А

Н

Т

Е

Л

И

1. Тридцать два весёлых друга

Уцепились друг за друга,

Вверх и вниз несутся в спешке

Хлеб жуют, грызут орехи.

1. Дождик льётся с потолка

Мне на спину и бока

До чего ж приятно это!

Дождик тёплый, подогретый,

На полу не видно луж,

Все ребята любят (душ).

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пениться,

Руки мыть не пениться.

1. Хожу брожу не по лесам

А по усам и волосам

И зубы у меня длинней

Чем у волков и медведей.

1. Мягкое, пушистое

На гвоздике висит.

1. Меня пьют,

Меня льют,

Всем нужна я

Кто я такая.

1. Чтоб зимою не хворать

И лекарство нам не принимать,

Что всем ребятам нужно делать.

1. Поднимаю еле - еле

Две тяжёлые (гантели).

 Молодцы, хорошие знания показали. А что же у нас получилось за слово в красных клеточках, ну-ка помогите прочитать, скажите буквы, которые знаете «здоровье».

 Ребята, вы успешно занимались, вы хорошие ученики, вы умеете заботиться о своём здоровье, я уверена, что вы вырастите здоровыми, бодрыми, весёлыми.

 И конечно на последок Я совет вам дам такой –

 Занимайтесь физзарядкой

 По утрам и вечерам

 Будьте в дружбе вы с водой

 Дорогие дети

 Воздух, спорт и витамины

 Всем нужны на свете

 За урок такой хороший

 Я вас всех благодарю

 Свой подарок витаминный

 На здоровье всем дарю.

 У меня для вас особый для вас рецепт приготовления микстуры «здоровья» (Графины с микстурой на ягодах смородины настой с ВС, и отвар ягод шиповника с ВС) и поливитамины с витамином С.