**Конспект оздоровительных занятий "Вода и мыло” для детей младшего дошкольного возраста)**

Алехина Валентина Тимофеевна, *воспитател*ь

**Занятие 1. Чистые руки**

**Цель:** обучить детей способами профилактики инфекционных заболеваний.

**Ход занятия**

*Исполнение песни «Музыка, здравствуй!»*

Появляется Здравик (в руках волшебная коробочка). Ребята, угадайте, что у меня в коробке? (Ответы детей.)

**Здравик** (загадывает загадку).

Ускользает как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.

**Дети.** Мыло (показывают).

**Здравик.** А для чего нам нужно мыло?

Дети. Мыть руки, стирать.

**Здравик.** Ваши ответы мне нравятся. Руки нужно мыть несколько раз в день: после туалета, придя с прогулки, перед едой. А еще не грызть ногти – очень плохая привычка. Запомнить эти несложные правила поможет песенка « Вода и мыло».

**Здравик.** Ребята, давайте пройдем в умывальную комнату. Я покажу вам, как правильно мыть руки. Сначала нужно открыть кран с холодной водой. Немножко добавить горячей. Теперь возьмите мыло и намыльте под водой руки. Положите мыло на место и начинайте долго натирать себе руки, особенно между пальчиками, пока не появяться мыльные пузыри.

Теперь смойте с рук мыло водой, закройте кран и насухо вытрите руки полотенцем. Посмотрите, какими они стали чистыми, розовыми.

**Здравик.** Мыло и вода не только делают наши руки чистыми. Что получиться, если в чистую воду добавить много мыла? ( Предложения детей. Изготовление вместе со Здравиком мыльного раствора.) Здравик предлагает детям поиграть в игру « Волшебные пузыри». В ходе игры происходит соревнование на самый большой, самый «веселый», самый «летучий» пузырь.

Затем Здравик прощается с детьми до следующей встречи и уходит.

**Занятие 2. Правила здоровья**

**Цель:** познакомить детей с путями передачи инфекции, закрепить правила мытья рук.

**Ход занятия**

*Исполнение песни «Музыка здравствуй!»*

Появляется Здравик, здоровается с детьми.

**Здравик.** Ребята вы все здоровы? Никто не болеет?

(Дети называют имя ребенка или родственников, которые заболели.)

**Здравик.** А почему они заболели?

(Дети высказывают свои предложения.)

**Здравик.** Да, причины болезни могут быть разными. Они могут передаваться от одного к другому. Поэтому надо заботиться друг о друге, соблюдать правила здоровья. Хотите поиграть в игру «Чистые руки» Дети. Да!

Очищенный картофель дети передают друг другу. Он становится черным от грязи. Дети делают выводы о причине этого явления (грязные руки), и предлагают их помыть. Дети моют руки, соблюдая все этапы процесса, и снова передают картофель друг другу. Он остается чистым.

**Здравик**предлагает детям спеть песню. Дети поют припев песни «Микробы и мыло».

**Здравик.** Болезнь попадает в человека вместе с грязью. Поэтому, чтоб от болезней защититься, водой и мылом нужно мыться! Это первое правило здоровья. Но болезнь может передаваться не только через грязные руки, но и через грязные фрукты и овощи. Значить, что мы должны сделать, прежде чем съесть яблоко, грушу или помидор?

**Дети.** Помыть их.

**Здравик.** Правильно. Этим мы сейчас займемся, потому что у меня для вас есть вкусный сюрприз.

**Здравик** и дети моют принесенные им фрукты и едят их.

**Здравик.** Какое второе правило здоровья мы с вами сейчас узнали?

Дети. Овощи и фрукты надо обязательно мыть перед едой.

**Здравик.** Молодцы!

Он прощается с детьми и уходит.

**Занятие 3. Правила здоровья**

**Цель:** продолжать знакомить с путями передачи инфекции. Учить простым правилам гигиены.

**Ход занятия**

*Исполнение песни «Музыка, здравствуй»*

Появляется Здравик, здоровается с детьми.

**Здравик.** Ребята, посмотрите, что я вам сегодня принес (показывает носовой платок). Что это?

Дети. Платочек.

**Здравик.** А для чего он нужен? (Ответы детей.)

**Здравик.** Да. Конечно, носовые платки нужны для того, чтобы ваши носики всегда были чистыми. Тут появляется Маша и громко чихает.

**Здравик** (поет).

Когда ты, друг, чихаешь,
Невольно, невольно,
И рот не прикрываешь,
Невольно, невольно,
Болезни вылетают,
Вокруг всех заражают,
Они тобой довольны, довольны.

**Маша.** Да! А я не знала!

**Здравик**. Когда человек чихает, кашляет, не прикрывая рот, то болезни разлетаются в разные стороны вместе с каплями слюны. Они могут разлетаться далеко от того, кто чихает. Давайте это проверим.

Дети делятся на две команды: «чихающие» и «зараженные». Команды расходятся. Команда «чихающих» говорит «Ап-чхи» и бросает в противоположную команду теннисные шарики. Здравик объясняет, что на такое большое расстояние могут разлетаться болезни.

**Здравик.** А что же тогда делать? Как защититься от болезни?

(Если дети сами не отвечают, то Здравик объясняет, что при чихании и кашле надо закрывать рот платком, и все вокруг будут здоровыми.)

**Здравик.** У кого есть платочки ? Это наши хорошие помощники, они обязательно должны быть у каждого. Видишь Маша, у наших деток есть платочки. Сейчас они и тебе его подарят.

**Маша.** Ой, пожалуйста! Мне обязательно нужен такой полезный и красивый помощник.

*Здравик прощается и уходит.
Дети украшают носовые платки и один дарят Маше.
Остальные вместе с воспитателем вклеивают в альбом здоровья.*

**Занятие 4. Сказка «Сахарные ногти»**

**Цель:**продолжить учитьдетей правильно мыть руки.

Объяснить детям на примере сказки, что грызть ногти – плохая привычка, под ногтями может быть грязь.

*Исполнение песни «Музыка, Здравствуй!»*

**Ход занятия**

**Здравик.**Дети, я хочу рассказать вам очень интересную сказку, слушайте!

Мама и папа ушли в гости, оставив сына и дочку одних дома. Саша и Маша позвонили своим друзьям и пригласили к себе в гости, на вечер, который называется «Сахарные ногти». Друзья собрались. Саша и Маша сказали : «Ребята, мы очень любим, грызть ногти. Давайте сегодня их грызть вместе, мы сделали сахарные длинные ногти, можем откусить кусочек». Ребята откусили по кусочку. Через некоторое время в квартире произошли некоторые вещи. У всех заболели животы. Дети кричали: «Помогите!», «Спасите!». Услышал их крик доктор Айболит, он проходил мимо. Узнав, в чем дело, доктор сделал детям уколы. Им было больно, но они терпели. Доктор Айболит сказал им, что, если они еще будут грызть ногти, под которыми есть грязь, у них всегда будут болеть животы, и он уже не успеит их спасти. Дети пообещали, что больше грызть ногти не будут, чтобы не болеть.

Доктор Айболит спел песню «Дети, дети не шалите…», распрощался с ребятами и ушел.

**Здравик.** А вы грызете ногти?

**Дети.** Нет!!!!!

А почему этого не следует делать? Давайте мы тоже выучим песенку «Дети, дети не шалите ». Здравик в конце занятия предлагает поиграть в игры с водой: «Кораблики», «Буль-буль», «Мыльные пузыри».

*Затем прощается с детьми и уходит.*

**Итоговое занятие 5. «Вода и мыло»**

**Цель:**закрепить простейшие понятия и правила, связанные с гигиеной тела.

**Ход занятия**

*Исполнение детьми песни «Музыка Здравствуй!»*

Появляются Здравик и Маша, здороваются с детьми.

**Здравик.**Я встретил по дороге девочку Машу, она очень хотела попасть к вам в гости. Я подумал, что вы можете научить ее волшебным правилам здоровья, а то, похоже, она с ними совсем незнакома (обратить внимание на перепачканное лицо и руки Маши, растрепанные волосы). Как вы думаете, что Маша забыла сделать?

**Дети.**Умыться и причесаться.

**Маша.**Я уже умывалась сегодня.

**Здравик.** Может, ты неправильно умывалась, раз лицо и руки грязными остались? Давайте, дети, напомним Маше, как правильно мыть руки и почему это так важно делать. (Дети вспоминают последовательность мытья рук, рассказывают и показывают Маше, имитируя этот процесс. Объясняют, что чистота – залог здоровья.)

**Маша.**Я не знала, что мыться нужно так тщательно.

**Здравик.**Ребята, давайте сделаем Маше подарок. Сложите, пожалуйста, в этот пакет предметы, необходимые для ухода за собой.

(*Дети выбирают среди различных лежащих на столе предметы гигиены (мыло, мочалку, зубную щетку, полотенце), складывают в пакет и дарят Маше.*)

**Маша.** Спасибо!!!!

**Здравик.**А не спеть ли нам Маше нашу главную «чистую» песенку, чтобы она лучше запомнила, для чего нужны вода и мыло?

*Дети поют песенку «Вода и мыло»*

**Маша.**Какая хорошая песенка! Я ее тоже обязательно выучу.

**Здравик.**А на последок я хочу угостить вас яблоками.

**Маша.**Ой спасибо!(Берет яблоко и подносит его ко рту.) Если дети не среагируют на действие Маши, то это это делает Здравик.

**Здравик.**Стой Маша .Так нельзя!

**Маша.**Почему?

**Дети.**Маша ты забыла помыть яблоко. А от грязных фруктов и овощей можно заболеть.

**Здравик.**Совершенно верно. Давайте, все вместе исправим ошибку Маши.

*Дети моют яблоки и затем едят.*

**Маша.**Большое спасибо дети! Я многому у вас научилась и впредь буду аккуратной, чтобы не заболеть!