Сценарий по программе «Основы здорового образа жизни» Н. П Смирновой во второй младшей группе.

Тема: Мои полезные привычки.

Цель: Способствовать развитию умения заботится о своём здоровье.

Задачи:1. Расширять знания детей - ввести понятия «полезные, вредные привычки»

2.Обеспечить развитие знаний о влиянии полезных и вредных привычек на здоровье человека.

3.Способствовать развитию умения пользоваться предметами личной гигиены – расчёской, зубной щёткой, носовым платком.

Интеграция областей: познавательное, речевое, физическое, социально - коммуникативное.

Предварительная работа: Чтение В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо»

Чтение рассказов «Твой носовой платок», «Как Маша и Миша учились мыть руки»

Проведение режимных моментов.

Материал: картинки с изображением навыков по уходу за кожей, руками, ногами, волосами к дидактической игре «Что хорошо, а что плохо»

Ход: беседа - Я расскажу вам о вредных привычках. А вы послушаете, и подскажите, как правильно поступить.

Рассказ воспитателя: Мальчик взял грязными руками яблоко и съел его. Но потом у него разболелся живот, и пришлось обращаться к доктору.

Вопрос к детям: Почему у мальчика заболел живот? (ел грязными руками)

Что нужно было сделать? (вымыть руки перед едой)

Перед едой надо мыть руки с мылом, потому что на грязных руках очень много микробов. Они попадают вместе с пищей в организм человека, и он заболевает.

 Некоторые дети едят много сладостей. А вот овощи и фрукты не любят.

Вопрос: Как вы думаете это правильно? (нет)

Будем сладостями питаться , можем без зубов остаться.

 Если есть только сладости, то организму будет не хватать витаминов, и вы будете болеть.

 А вот овощи и фрукты – полезные продукты. Они необходимы для укрепления здоровья, так как в них много витаминов.

И сейчас я предлагаю вам отдохнуть и поиграть в пальчиковую игру «Засолка капусты».

Мы капусту рубим

Мы морковку трём

Мы капусту соли

Мы капусту жмём.

Но чтобы не болеть необходимо не только правильно питаться, но и заниматься спортом , делать утреннюю гимнастику.

Полезные и вредные привычки по-разному влияют на здоровье человека.

 Чтобы узнать как, мы поиграем в дидактическую игру «Что хорошо, а что плохо»

Показываю детям картинки: 1.Дети делают зарядку.

2.Человек чихает, и летят микробы в разные стороны.

3.Мальчик чистит зубы.

4.Мальчик моет руки ,сильно включив кран.

5.Девочка моет руки с мылом.

6.Дети вытирают руки одним полотенцем.

7.Девочка ест яблоко и держит собаку в руках.

Опираясь на наглядные картинки, дети объясняют хорошо это или плохо и почему они так думают?

Итог: Как нужно заботится о своём здоровье? (правильно питаться, мыть руки с мылом, чистить зубы ,делать зарядку; пользоваться своей расчёской, зубной ***щёткой***, полотенцем.