**Тема. «Кояш, Су һәм Һава– безнең белән гел юлдаш»**

**Бурычлар:**

1. Балаларда үз сәламәтлекләренә карата игътибарлылык, сак

караш тәрбияләү.

2. Балаларның үз фикерләрен дөрес итеп җиткерә белү

күнекмәләрен үстерү, сәламәт яшәү рәвешенә омтылыш булдыру.

3. Балаларга сәламәтлекне саклауда табигатьнең әһәмиятен

аңлату, чыныгу чаралары белән таныштыру.

**Сүзлек:** талпына, армый-талмый, чыныккан, таза.

**Җиһазлар:** рәсемнәр, слайдлар.

**Матур әдәбият:** К.В.Закирова. «Балачак аланы», 306 бит.

**Эшчәнлек барышы:**

Тәрбияче: - Балалар, мин бүген сезгә серле сандык әзерләдем. Бу сандыкта нәрсәләр барлыгын белү өчен табышмакларга дөрес итеп җавап бирергә кирәк. а) Болыт мин һавада Яңгыр мин яуганда, Җылынсам пар булам, Туңганда боз булам. (СУ)

б) Лампа түгел – яктырта,

Мич түгел – җылыта. (Кояш)

в) Ипи түгел, су түгел,

Авыр түгел, аз түгел,

Ансыз яшәү мөмкин түгел. (Һава) Дөньяда иң кирәк,

Иң кирәктән ни кирәк? (Саулык)

* Балалар, бүген без сезнең белән сәламәт яшәү турында сөйләшербез.

1. **Шигырьне сәнгатьле уку**: М.Хөсәен. «Армыйм да мин, талмыйм да мин» (Спортчы җыры)

Иртә торып күз ачуга, Көз дип тормыйм,

Тышка атылам. Кыш дип тормыйм,

Кулларымны канат итеп, Чабам юлларда.

Коштай талпынам. Туктата алмый юлымнан

Кар да, буран да.

Физзарядка, физзарядка! Чыныкканны корыч белән

Тәнгә көч тула. Дөрес тиңлиләр.

Армыйм да мин, Таза тәндә — таза рух дип,

Талмыйм да мин Дөрес сөйлиләр.

Көн буе шуңа!

**2.** **Аңлашылмаган сүзләрне аңлату**. Талпына – тиз-тиз куллар белән хәрәкәт ясау. армый-талмый - алҗамау, көче күп чыныккан - көн саен күп күнегүләр һәм эшләр эшләгән кеше. таза - сәламәт, сау, көчле.

**3. Шигырьне** максат куеп уку.

**4. Эчтәлеге буенча әңгәмә уздыру**.

Балаларга сораулар:

- Иртән тору белән спортчы нишли?

- Физзарядканы ни өчен саф һавада ясау яхшырак?

- Көне буе ул нигә арымый?

- Спортчы кышын да,көзен дә нигә чаба?

- Чыныккан кеше нинди була?

- Сәламәт булыйк дисәк, безгә нишләргә кирәк?

- «Сәламәт тәндә – сәламәт акыл» - «Чисталык – сәламәтлекнең нигезе» әйтемен сез ничек аңлыйсыз?

5. Рәсемнәр (слайдлар карау):

- Сез сәламәтлегегезне ничек саклыйсыз һәм ныгытасыз? - Бүлмәне җилләтү ( Микроблар саф һаваны яратмыйлар, шуңа күрә бүлмәне җилләтеп торырга кирәк). - Саф һавада йөрү. - Спорт белән шөгыльләнү. - Яшелчә һәм җиләк-җимешләр ашау. ( Микроблар витаминнардан куркалар, шуңа күрә күбрәк яшелчә һәм җиләк-җимеш ашарга кирәк). - Тузан сөртү, идән юу. ( Микроблар чисталыктан курка, шуңа күрә көн дә идән юарга һәм тузан сөртергә кирәк). - Суган, сарымсаклар ашау - Прогулкадан соң кулларны сабынлап юу.

**6.** ***Ял минуты:*** - Ә хәзер гәүдәнең һәр өлешен матур сүзләр белән әйтеп чыгабыз. **Башкай** – кояшкай (сыйпыйлар). **Борыным** – борынчыгым (борын очына басалар) **Тешләрем** – кискечләрем (әкрен генә теш шакылдаталар) **Колагым** – яфрагым (әкрен генә колакларын ышкыйлар) **Җилкәләр** – чикерткәләр (җилкәне күтәрәләр һәм төшерәләр) **Кулларым** – тоткычларым (тоту хәрәкәтләре ясыйлар) **Бармаклар** – кармаклар (бармакларын селкетәләр) **Тезләр** – җитезләр (тезләрен бөгәләр) **Аяклар** – тиктормаслар (тыпырдыйлар).

**7.** Рәсемнәр буенча җөмләләр төзү. «Сәламәтлегеңне саклыйсың килсә, һәрвакыт сак бул.»

- Безгә үсү, сәламәт яшәү өчен су, һава һәм кояш бик кирәк.

Саф һава һәм кояш тәнебезне чыныктыра, көч өсти.

Ләкин кояш нурларыннан дөрес файдаланмасаң, сәламәтлеккә зыян килергә дә мөмкин. Шуңа күрә озак итеп кояшта кызынырга ярамый, урамга чыкканда баш киеме кияргә кирәк. Ә сулыкларга су коенырга бары тик зурлар белән генә барырга ярый.

Таныш булмаган урыннарда су коену да куркыныч.

Ә кыш көне без сәламәтлекне ничек саклыйбыз соң? Кыш көннәрендә урамда саф һавада йөрү бик файдалы, җылы киенеп чыгарга кирәк. Елга ярлары, нык биек тауларда чана-чаңгыда шуарга ярамый. Юка, чатнаган, ватылган бозлыкларга керергә ярамый. Машина юлы янында уйнарга ярамый.

**8**. Дидактик уен «Нәрсә ярый, нәрсә ярамый».

- Кояшта баш киемсез йөрергә ... (ярамый).

- Җәй көне озак кызынырга ... (ярамый).

- Елганың тирән урынында су коенырга ... (ярамый).

- Әти-әнигә әйтмичә, су буйларына, урманнарга китәргә... (ярамый). – Иртә-кичен тешләрне .......(чистартырга кирәк).

- Иптәшеңнең кулъяулыгына борыныңны сөртегә ....(ярамый) - Аш алдыннан һәрвакыт кул-битләрне .....(юабыз)?

- Машина юлы янында....... (уйнарга ярамый)?

- Кар ашарга ....(ярамый).