

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида №30»

Конспект НОД по познавательному развитию

«Чистота — залог здоровья!»

(для детей старшей группы)

**Подготовила и провела
воспитатель Орлова Л.Н.**

Цель: формирование культурно- гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Расширить знания детей о культурно-гигиенических навыках;
- Дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья;
- Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью;
- Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски, за чистотой ногтей, умение самостоятельно чистить зубы.

Предварительная работа: разучивание стихотворения «Пугалки» М. Котин.

Оборудование:

- магнитофон и музыкальное сопровождение,
- иллюстрированный материал по теме,
- материалы к занятию- мыло, шампунь, полотенце, расческа, зубная паста, гель для душа, зубная щетка, крем, краска, клей,
- презентация на тему: «Чистота – залог здоровья! »

Ход занятия.

Организационный этап.

Воспитатель- Доброе утро, ребята. Обратите внимание на оформление комнаты, посмотрите на предметы, которые лежат на столе, на иллюстрации и попробуйте догадаться, о чем сегодня будет идти разговор.

(ответ детей: О том, что надо чистить зубы, умываться, заботится о волосах.)

Основной этап.

Воспитатель:- Вы правы, сегодня мы будем говорить с вами о том, как заботится о своем теле и здоровье, т. е. о гигиене. Как вы понимаете такое сложное и непонятное слово “гигиена”?

Воспитатель:- Правильно, если объединить все ваши ответы, то получается, что личная гигиена – это

Это то, что мы с вами делаем каждый день, а может кто-то и не делает, но после нашей беседы обязательно будет делать, для того, что бы сохранить свое здоровье

Знаете ли вы, ребята, что от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил зависит не только ваше здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. Как вы думаете, почему?

Воспитатель:- Правильно, ребята. Очень важно для этого уделять внимание чистоте вашего тела. Это и называется соблюдением правил личной гигиены. Вы понимаете, что грязные, неопрятные, неряшливые люди неприятны всем.
-Как же вы ежедневно выполняете правила личной гигиены?

Воспитатель:- Вот некоторые правила личной гигиены:

мыть руки по мере загрязнения - перед едой, после туалета, после прогулки;
следить за чистотой ногтей – нельзя грызть ногти, обрывать, стричь тупыми ножницами;

беречь кожу от порезов и ран – осторожно обращаться с режущимися и колющимися предметами;

беречь кожу от ожогов и обморожения – ходить в варежках или перчатках,
следить за чистотой волос, мыть по мере загрязнения.

- Оказывается, гигиену нужно соблюдать везде и всегда. Но сегодня мы с вами поговорим о гигиене тела человека.

- А сейчас, ребята, отгадайте загадку.

Загадка.

Вместе с мылом и водой

Я слежу за чистотой,

Пены для меня не жалко

Разотру вас

Я

(мочалка)

- Ребята, скажите, пожалуйста, а зачем моется человек?

- Правильно, ребята. Человек моется для того, что бы быть чистым, чтоб от него не было запаха. Человек моет все тело, а так же отдельно лицо, руки, ноги...

Дидактическое упражнение:

- Ребята, выбери те вещи, которые помогают ухаживать за кожей.

На столе разложены - мыло, шампунь, мочалка, полотенце, гель для душа, краски, клей и др.

Выбирается один ребенок, который должен выбрать те вещи, которые ухаживают за кожей.

Воспитатель:- Руки и лицо моют несколько раз в день по мере загрязнения.

А почему руки надо мыть обязательно перед едой.

-Правильно, дети. А что такое микробы?

- Микробы очень маленькие и живые, мы их не видим. Они попадают в наш организм и вызывают болезнь. Микробы живут в грязном теле. Как вы думаете, чего боятся микробы?

- Правильно, микробы боятся мыла и воды.

- Как же защититься от микробов?

-Совершенно верно. Что бы защититься от микробов надо:

Не есть и не пить на улице,

Есть только мытые овощи и фрукты,

Есть только из чистой посуды,

Когда чихаешь или кашляешь закрывать нос и рот платком.

Народная мудрость гласит: «Здоровье потеряешь- все потеряешь».

-Вот послушайте стихотворение и еще раз убедитесь в том, что руки надо мыть очень часто.

Не видали разве

На руках грязь вы?

А в грязи живет зараза,

Незаметная для глаза.
Если руки не помыв,
Пообедать сели мы,
Вся зараза эта вот
К нам отправится в живот.
Грязные руки грозят бедой.
Чтоб хворь тебя не сломила,
Будь культурен перед едой-
Мой руки мылом!

В. Маяковский

Воспитатель:-Сейчас подошло время отдохнуть и размяться.

Физкультминутка-

Мы играли и устали
Дружно все тихонько встали
Два хлопка над головой
Три хлопка перед собой
Две руки за спину спрячем
И на двух ногах поскачем.

(соответствующие движения)

Воспитатель:- Говорят, что именно от здоровья этого зависит и здоровье всего организма. послушайте подсказку, мы ими пережевываем пищу, измельчаем ее для лучшего проглатывания и переваривания в желудке. Что это?

- Белые, блестящие, зубы – это красивая улыбка, красивое лицо, хорошее настроение. Зубы покрыты эмалью. Она очень твердая, но если за зубами неправильно ухаживать, даже этот материал не выдержит. В зубах тогда появляются дырки (кариес). Большая дырка в зубе – всегда очень больно. А кроме того гнилые зубы вредят другим органам – желудку, почкам, сердцу, даже глазам. Вот почему говорят, что от зубов зависит здоровье организма. Поэтому что бы не скапливались микробы на зубах от остатков пищи, рот

надо поласкать после ее каждого приема. Что нельзя брать в рот, чтобы не повредить зубы?

- Кто знает, сколько раз в день необходимо чистить зубы?

- Правильно, зубы надо чистить два раза в день своей личной зубной щеткой с пастой. Зубы надо чистить тщательно, долго, не менее 2-4 минут. Давайте вспомним как надо чистить зубы. Представим, что в руках у нас зубная щетка и давайте почистим зубы.

- Ребята, сейчас отгадайте загадки и отгадав их, вы поймете о чем мы будем говорить с вами дальше.

Загадки:

Ношу их много лет, а счету им не знаю. (Волосы)

Подойдешь к стеклу – портрет,

Отойдешь – портрета нет. (Зеркало)

Для кудрей и хохолков

Двадцать пять зубков.

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. (Расческа)

Частый, зубастый

Вцепился в чуб вихрастый. (Гребешок, расчёска)

- Верно, разговор пойдет о волосах. Ребята, как вы думаете, от чего зависит здоровье волос? Посмотрите у кого из наших девочек самые длинные волосы. Расскажи, пожалуйста, как ты ухаживаешь за своими волосами.

-Правильно, чтобы волосы выглядели здоровыми и красивыми их надо мыть 1-2 раза в неделю, а если волосы быстро становятся грязными, то чаще, по мере необходимости. Сейчас мы с вами поиграем в игру.

Игра “Разрешается – запрещается”

Ведущий называет различные правила и нарушения правил гигиены по уходу за телом человека, дети если можно, то показывают зеленого цвета кружок, если же запрещается, то красного.(можно поднимать руки)

Разрешается:

- Чистить зубы

- Мыть волосы
- Пользоваться носовым платком
- Принимать душ
- Мыть руки

Запрещается:

- Грызть ногти
- Не мыть волосы
- Ковырять в носу
- Ходить в грязной одежде
- Ходить неопрятным.

-Сейчас мы поиграем с вами в еще одну игру, что бы проверить наши знания о предметах гигиены и их назначении.

Игра. «Чистоплотные дети»

Воспитатель: -Я хочу убедиться в том, что вы все поняли. что нужно быть чистоплотным и аккуратным , а теперь скажите ,что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми?

С чистым и опрятным человеком приятно общаться, приятно когда от человека хорошо пахнет, приятно здороваться когда у человека чистые руки.

Умываемся, моем руки, голову, все тело, чистим зубы.

Губка, мочалка.

Что бы быть чисты, что б от него хорошо пахло.

Ребенок выполняет задание.

Что бы они были чистыми, не было грязи и микробов.

Они бывают от грязи

Воды, мыла

Мыть руки, не есть грязными руками, не грызть ногти.

Дети слушают стихотворение.

Дети повторяют действия за педагогом

Зубы

Твердые предметы

Утром и вечером, 2 раза.

Дети выполняют движения.

Волосы

Зеркало

Расческа

Расческа .

Девочка рассказывает, что она их моет шампунью, причесывает.

Дети играют.

Дети перечисляют: мыло, шампунь, зубная щетка, расческа, гель для душа, полотенце.

Подобным же образом дети реагируют на слова "волосы" - гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло. "Купание" - ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.

Упражнение можно повторить 2 раза.

Заключительный этап.

-Сейчас мы с вами прочитаем стихотворение "Пугалки" М. Котина.

Пугалки М. Котин

Кто зубы не чистит, не моется с мылом,

Тот вырасти может болезненным, хилым.

Дружат с грязнулями только грязнули,

Которые сами в грязи утонули.

Из них вырастают противные бяки,

За ними гоняются злые собаки.

Грязнули боятся воды и простуд,

А иногда вообще не растут.

- Грязнулей быть плохо, это ясно. Но как же не быть грязнулей давайте вспомним, что для этого надо делать?

- Молодцы, ребята. Я думаю, вы запомнили эти простые правила и будете их выполнять всегда, без напоминания взрослых. И тогда вам будут всегда говорить, какой опрятный человек!

