Игра –беседа «Путешествие в страну здоровья»

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Вы помните что значит слово «Здравствуйте?»

Это значит пожелать здоровья. Давайте пожелаем друг другу здоровья.

Станем рядышком, по кругу.

Скажем «Здравствуйте» друг другу.

Нам здороваться не лень:

Всем «Привет!» и «Добрый день!»;

Если каждый улыбнется -

Утро доброе начнется.

Сегодня мы с вами отправимся в увлекательное путешествие по стране Здоровья. Садимся в наш волшебный автобус и отправляемся в путь.

Первая остановка «Город витаминов».

Воспитатель: Ребята, чтобы расти и правильно развиваться, человек должен правильно питаться. Человек употребляет в пищу разнообразные продукты. В продуктах содержатся очень важные для здоровья вещества, которые называют витаминами. Скажите мне, пожалуйста, какие витамины вы знаете?

Ответы детей (витамины А, В, С, Д).

Воспитатель: Витаминов очень много, но главные из них А, В, С, Д.

Идет показ слайдов «Польза витаминов».

Проводится игра «Витамины».

На столе лежат карточки с изображениями овощей и фруктов, стоят четыре тарелки, под ними карточки с буквами А, В, С, Д. Дети должны разложить овощи и фрукты в соответствии с витаминами, которые в них содержатся. Воспитатель сопровождает игру рассказом о пользе, вкусовых качествах продуктов.

Продолжаем наше путешествие, следующая остановка «Город Чистоты».

Воспитатель: Ребята как вы думаете, что такое личная гигиена? Я вам помогу.

Личная гигиена – это уход за своим телом, содержание его в чистоте. Как вы содержите свое тело в чистоте?

Ответы детей.

Правильно. Ухаживать за своим телом это значит чистить зубы два раза в день, мыть тело с мылом и мочалкой, мыть руки перед едой и по мере их загрязнения. Умываются не только люди, но и животные.

Просмотр отрывка из мультфильма «Мойдодыр».

Физкультминутка.

Солнце глянуло в кроватку,  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Все мы делаем зарядку  
Надо нам присесть и встать.  
Руки потянуть пошире,  
Наклониться три, четыре  
И на месте поскакать.  
На носок, потом на пятку,  
Все мы делаем зарядку.

Дети под музыку выполняют простые движения.

А сейчас попробуем отгадать загадки.

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

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит. (Зубная щетка.)

Мягкое, пушистое  
Беленькое, чистое.  
В душ его возьму с собой  
Буду чистый и сухой. (Полотенце.)

Все она по волосам,  
Ходит тут и ходит там,  
Где проходит, не спеша  
Там причёска, хороша! (Расческа.)

Вы молодцы отгадали все загадки. Ребята эти предметы относятся к предметам личной гигиены, Вам знакомы эти предметы? Для чего они нужны?

Дети дают ответы.

Показ слайда «Учимся правильно чистить зубы».

Сколько раз в день нужно чистить зубы?

Ответы детей.

На этом наше путешествие заканчивается, мы возвращаемся в детский сад.

Итак ребята мы побывали с вами в стране Здоровья, мы с вами запомнили главное правило: чтобы быть здоровыми нужно правильно питаться и соблюдать правила личной гигиены. Будьте всегда здоровы!

Письмо от грязнули.

Наглядный материал: иллюстрация «Мойдодыра», ширма «Уроки Мойдодыра», конверт с письмом-стихотворением.

 Ход беседы:

 Воспитатель обращает внимание детей на иллюстрацию «Мойдодыра»:

 — Малыши, вы знаете, кто это? (выслушать ответы детей, уточнить их) А вы знаете, я сегодня получила письмо от Мойдодыра (показывает конверт). Сейчас я открою конверт и прочитаю его.

 «Письмо ко всем детям по одному очень важному делу»

 Дорогие мои дети!

 Я пишу вам письмо:

 Я прошу вас, мойте чаще

 Ваши руки и лицо.

 Все равно какой водою:

 Кипяченной, ключевою,

 Из реки, иль из колодца,

 Или просто дождевой!

 Нужно мыться непременно

 Утром, вечером и днем —

 Перед каждою едою,

 Перед сном и после сна!

 Тритесь губкой и мочалкой,

 Потерпите — не беда!

 И чернила и варенье

 Смоют мыло и вода.

 Дорогие мои дети!

 Очень, очень вас прошу:

 Мойтесь чаще, мойтесь чаще —

 Я грязнуль не выношу.

 Не подам руки грязнулям.

 Не поеду в гости к ним!

 Сам я моюсь очень часто

 До свиданья! Мойдодыр.

 (Ю. Тувим)

Стихотворение Чуковского «Жил на свете человек»

Жил на свете человек,  
Скрюченные ножки,  
И гулял он целый век  
По скрюченной дорожке.

А за скрюченной рекой  
В скрюченном домишке  
Жили летом и зимой  
Скрюченные мышки.

И стояли у ворот  
Скрюченные елки,  
Там гуляли без забот  
Скрюченные волки.

И была у них одна  
Скрюченная кошка,  
И мяукала она.  
Сидя у окошка.

А за скрюченным мостом  
Скрюченная баба  
По болоту босиком  
Прыгала, как жаба.

И была в руке у ней  
Скрюченная палка,  
И летела вслед за ней  
Скрюченная галка.