**Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение «Детский сад № 61 «Рябинка»**

**Проект**

**в первой младшей**

**группе**

**« Будь, здоров малыш»**

Разработка:

Морозова Ольга Евгеньевна

воспитатель первой младшей группы

**г. Белово. 2019-2020 гг.**

Описание материала: Предлагаю Вашему вниманию проект, направленный на оздоровление детей, на формирование у детей раннего возраста основ здорового образа жизни и культурно-гигиенических навыков. Данная разработка может быть полезной для педагогов дошкольного образования. Данный материал предназначен для детей 2 - 3 лет

**Актуальность.**

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Ранний возраст-самое благоприятное время для воспитания у ребенка основ двигательной культуры, закаливания, привычки к правильному питанию, соблюдению культурно-гигиенических норм, потребности получения положительных эмоций, т. е. основ здорового образа жизни.

С целью сохранения и укрепления здоровья малышей, привлечения их внимания к игровым ситуациям, связанным со здоровьем, развития культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, в группе возникла идея провести проект « Будь, здоров малыш».

Для участия в проекте были привлечены также родители, которые непосредственным образом смогут проявить свои знания, опыт, творчество по проблеме здоровья. Большое значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет дошкольное учреждение и семья.

Главное направление проекта – научить ребёнка быть здоровым, сформировать культурно гигиенические навыки, воспитать у него потребность в здоровом образе жизни, через применение эффективных методик и технологий оздоровления в условиях дошкольного учреждения и семьи.

**Проблема:**

у детей не сформированы культурно - гигиенические навыки (навыки опрятности и самообслуживания), основы здорового образа жизни.

**Обоснование проблемы:**

* Родители не достаточно уделяют внимание физическому развитию детей (охрана и укрепление здоровья), воспитанию культурно-гигиенических навыков у детей.
* Недостаточно знаний у детей о культурно-гигиенических навыках, о здоровом образе жизни.

**Тип проекта:** оздоровительный,практико-ориентированный.

**Участники проекта:** дети первой младшей группы (2-3 года), воспитатели, родители.

**Продолжительность проекта:** долгосрочный (август 2019- август 2020г.).

**Цель проекта:** Приобщение детей раннего возраста к здоровому образу жизни через овладение основами гигиенической и двигательной культуры; начальное формирование основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста.

**Задачи:**

Для детей

* Формировать представления детей о здоровье, особенностях его

сохранения и укрепления.

* Развивать культурно-гигиенические навыки детей.
* формировать начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия.
* Развитие познавательной активности, познавательных интересов, интеллектуальных способностей детей, самостоятельности и инициативы, стремления к активной деятельности и творчеству
* Воспитывать навыки здорового поведения: любить двигаться, есть побольше овощей, фруктов; мыть руки после каждого загрязнения; не злиться и не волноваться;

быть доброжелательным; больше бывать на свежем воздухе; соблюдать режим.

Для родителей

* Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.
* Повысить педагогическую компетентность по вопросам ЗОЖ детей раннего дошкольного возраста.

Для педагогов

* Создать условия, способствующие развитию двигательной активности и поддерживающее бодрое состояние детей.
* Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, обеднить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни.

**Ожидаемые результаты:**

* Снизится уровень заболеваемость у детей раннего возраста.
* Сформированы культурно-гигиенические навыки, дети знают элементарные правила личной гигиены.
* Сформируется представление о здоровом образе жизни у детей раннего дошкольного возраста и их родителей.
* Дети самостоятельно проявляют инициативу: рассматривают иллюстрации, участвуют в беседах, задают вопросы, проявляют творчество, активность и детальность в работе.
* Активизирован и обогащен словарный запас детей по теме.
* Установится партнерские отношения с семьями воспитанников, направленные на развитие и укрепление здоровья детей.
* Повысится уровень знаний у педагогов и родителей, по формированию ЗОЖ у детей раннего дошкольного возраста.

.

**Этапы проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Формы работы** | **Сроки реализации** |
| ***Первый этап:***  Подготовительный | Определение цели и задач проекта.   * Изучение литературы. * Подбор материала. * Разработка плана проекта.   Изготовление и приобретение методических пособий.   * Создание условий для реализации проекта. | Сентябрь |
| ***Второй этап:***  Основной | Проведение запланированных мероприятий по плану. | сентябрь–  Август |
| ***Третий этап:***  Заключительный | Представление отчёта о результатах проектной деятельности (презентация). | Август |

**Материально-техническое обеспечение проекта:**

* Аудио, видео системы, фотоаппаратура, мультимедиа, компьютер, принтер.
* Картинки, наглядно - демонстрационный материал.
* Спортивный инвентарь.
* Картотеки (подвижные игры, пальчиковые игры, физкультминутки, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна и тд.)

**Оздоровительные мероприятия с детьми:**

* гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
* утренняя гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая.);
* непосредственная образовательная деятельность по физической культуре в зале и на свежем воздухе в теплое время года (классическое, игровое, сюжетное, тематическое, интегрированное);
* подвижные игры (не менее 3-4 раз в день);
* физкультурные паузы (на НОД интеллектуальной и художественно-эстетической направленности);
* гимнастика после дневного сна (включающая гимнастику в постели, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия, дыхательную гимнастику, индивидуальное задание, водную процедуру);
* закаливающие мероприятия (прогулка, проветривание помещения (сквозное и одностороннее), дневной сон без маек, босохождение (после дневного сна по дорожке здоровья (Рижское закаливание)), облегченная форма при НОД по физической культуре, умывание водой комнатной температуры;
* общеукрепляющие мероприятия (витаминизация, использование оксолиновой мази, чесночно-луковая ингаляция);
* использование здоровьесберегающих технологий и методик (дыхательная гимнастика, релаксация, гимнастика для глаз, игротренинги и игротерапия, технология музыкального воздействия, пескатерапия, логоритмика, арт-терапия, кляксотерапия).

**Тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Сроки** | **Название темы, формы работы** | **Работа с родителями** |
| **I квартал**  **(октябрь, ноябрь)** | **«В гостях у Мойдодыра»**  • Диагностика культурно-гигиенических навыков.  Цель: выявить знания и умения детей.  Игра-путешествие «К Мойдодыру в гости». Цель: Познакомить с туалетной комнатой.  • Нод «Умываемся каждый день»  Цель: формировать навыки детей в умывании, в значении предметов и их назначении; развивать наблюдательность, любознательность, познавать свойства воды.   * Игра – занятие «Кошечка в гостях»   Цель: воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставание. Воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой,  • Практическое упражнение «Учимся умываться».  Цель: формировать умение мыть руки и лицо, пользоваться мылом и полотенцем.   * Беседы «В гостях у Мойдодыра», «Чистота, залог здоровья». * Игровые ситуации   «Мойдодыр в гостях у ребят», «Научим Хрюшу умываться»   * Чтение К.И. Чуковского «Мойдодыр».   Заучивание потешки «Водичка, Водичка…».   * Подвижные игры «Зайка серый умывается…», «Аккуратные зайчата» * Музыкально – ритмические игра «Водичка». * Практическое упражнение:   «Умывалочка».   * Дидактическая игра «Да здравствует мыло душистое!». * Игры - эксперименты «Холодная и теплая вода».   Цель: формировать у детей представление о температуре воды.   * Игры-эксперименты, «Вот какая пена».   Цель: дать детям представление о мыле: оно белое, душистое; можно намыливать, смывать, образует мыльную пену. Предложить детям попускать мыльные пузыри.   * Игровая ситуация «Мыльные перчатки».   Учить намыливать руки с внешней и внутренней стороны.   * Практическое упражнение «Найди свою картинку».   Цель: Формировать навык использования индивидуальными предметами (носовым платком, расческой, полотенцем, горшком).   * Рассматривание иллюстраций (дидактические картинки, иллюстрации к сказкам). * Игровые ситуации «Волшебница вода», «Для чего нужна вода», «Постираем кукле платье», «Моем посуду». * Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч»   Цель: Совершенствовать двигательные умения, повысить интерес к выполнению физических упражнений . Формировать у детей жизненно важные двигательные умения, навыки, способствующие укреплению здоровья | Анкетирование родителей «Какое место занимает здоровый образ жизни в семье».  Родительское собрание «Впервые в детском саду».  Консультации для родителей: «Чистота всего полезней – сохранит от всех болезней»; « Помогите ребёнку укрепить здоровье»; «Культура здорового образа жизни в семье и детском саду».  папка – передвижка «Режим дня – это важно»;  индивидуальные беседы с родителями по профилактике заболеваемости.  памятки для родителей «Правила мытья рук», «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 2 - 3 лет»  Оформление фотоальбома «Малыши- крепыши».  Оформление фото стенда «Растим здоровье». |
| **II квартал**  **(декабрь-февраль)** | **«В стране здоровья»**   * Беседа «Тело человека», «Как ухаживать за своим телом», «Наши глазки, наши зубки». * Беседа**: «**Чтобыздоровымбыть**,** назарядку становись**!»** Цельнаучитьдетейзаботитьсяо своемздоровье**,** избегатьситуаций**,** которыеприносятвредздоровью**,** рассказать **о** пользеутреннейзарядке**.** * Нод «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!» Цель: продолжать воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, расширять представления детей о том, насколько важно следить за чистотой своего тела, рук, лица. * Дидактическая игра: «Покажем маме, как правильно одеваться, чтобы не простудиться». Цель: закрепить последовательность одевания, чтобы не заболеть. * Игра – занятие: «Сказка о зубной щетке».   Цель: довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур.   * Практическое упражнение: «Аккуратные мы детки - в руки мы берем салфетки!»   Цель: Учить пользоваться салфетками после еды.   * Чтение К.И. Чуковского «Айболит» , М. Ефремова «У меня есть голова», «Тело человека» , «Точка, точка, два крючочка…»,   русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки».   * Показ настольного театра «Всех излечит, исцелит, добрый доктор Айболит!» * Экскурсия в кабинет врача. * Беседа на тему: «Наш зайчонок заболел». * Игровая ситуация «Котик простудился».      * Сюжетно- ролевая игра «Больница». * Практическое упражнение: «На прогулку собираемся - сами одеваемся!» * Игровая ситуация «Оденем куклу Катю на прогулку»   Цель: закреплять знания детей об одежде, формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде; систематизировать представления детей о здоровье.   * Игровая ситуация «Варвара- краса, длинная коса». Заучивание потешки «Расти коса, до пояса». * Сюжетно-ролевая игра «Парикмахерская» * Дидактическая игра «Волшебный мешочек» (предметы гигиены). * Рассматривание иллюстраций (дидактические картинки, иллюстрации к сказкам, потешкам). * Игровые ситуации «Умею – не умею», «Чем похожи». * Практическое упражнение: «Мы готовимся ко сну-вещи сам с себя сниму…» * Беседа «Таблетки растут на ветке,   таблетки растут на грядке»   * Экспериментальная деятельность «Защити свое тело», «Ловкие ладошки», ««Грязные ручки -чистые ладошки» * Спортивный праздник «В гости к снеговику» .   Цель: Формировать у детей жизненно важные двигательные умения, навыки, способствующие укреплению здоровья. Создавать положительный эмоциональный комфорт у детей. | Трудимся вместе «Постройка снежного городка на участке для прогулок» Родительское собрание «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»  Утренняя гимнастика совместно с родителями «Вместе с мамой, вместе с папой».  Консультации для родителей: «Подвижные игры - залог здоровья для малышей», «Игры с детьми зимой дома и на улицы».  Досуг с папами «Малыши – крепыши»  «Месячник нескучного здоровья» (изготовление нетрадиционного оборудования для занятий физкультурой, ремонт физ. инвентаря)  Памятка «Мне надо много двигаться».  Стенгазета «Азбука здоровья».  Фотовыставка « Морозный воздух не вредит, он бодрит и веселит. Активный отдых семьи». |
| **III квартал**  **(март-май)** | **«Чтоб здоровым быть всегда – нужна полезная еда!»**   * Нод «Научим Чебурашку правильно вести себя за столом».   Цель: формировать навыки правильного повеления за столом: есть аккуратно, правильно  держать ложку ,пользоваться салфеткой, нельзя пользоваться столовыми приборами родителей и друзей.   * Игра - занятие «Наши верные друзья»   Цель: довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур.   * НОД. Лепка.: «Овощи и фрукты - полезные продукты»   Ц.: дать элементарные представления о пользе овощей и фруктов для здоровья; закреплять знания обобщающих понятий овощи – фрукты; закреплять навыки лепки округлых форм предметов; учить приёму вдавливания.   * Игра - занятие «Оденемся на прогулку».   Цель: воспитывать потребность в аккуратности и порядке, бережное отношение к одежде. Формировать навык последовательных действий одевания и раздевания, умение складывать, вешать вещи в свой шкаф.  Ход игры.   * Беседы «Где растут витамины», «Полезная еда», «Каша сила наша». . «Чтоб здоровым быть всегда - нужна полезная еда!»; «Мой дружок творожок» * «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»   Цель: закрепить знания об овощах и фруктах, расширять представления о их пользе для организма.   * Дидактическая игра: «Разложи овощи и фрукты по корзинам».   Цель: активизировать словарь детей, раскладывать овощи, фрукты по характерному признаку (цвет, форма).   * Пальчиковая гимнастика: «Фруктовая ладошка».   Цель: Обогащать словарь.  **•** Экспериментирование **«**Воткакаяпена**».**  Цель**:** датьдетямпредставлениеомыле**:** онобелое, душистое; можнонамыливать,смывать**,** образуетмыльнуюпену. Предложитьдетямпопускатьмыльныепузыри**.**   * Чтение «Сказка про морковку», стихи про фрукты, «Груша хвастунишка», Благинина «Час обеда подошёл». * Рассматривание иллюстраций (дидактические картинки, иллюстрации к сказкам, потешкам). * Игровые ситуации «В магазине», «Полезный салат». * Экспериментальная деятельность «Огород на окошке» * Развлечение «На арене цирка» .Совершенствование различных видов движений; Закрепление умения выполнять действия по инструкции по воспитателя;   Формирование у детей простейших образно-выразительных умений; Создание у детей веселого, радостного, бодрого настроения; | Трудимся вместе «Сделаем участок краше».  Родительское собрание «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»  Консультации для родителей: «Здоровое питание – основа процветания», «Витамины на грядке».  Развлечение совместно с родителями «Праздник Молока».  Буклет для родителей «Здоровое питание».  Фотовыставка «Первые шаги ребенка к здоровью» |
| **IV квартал**  **(июнь-август)** | **«Мы здоровью скажем да!»**   * Беседы «Зачем нужна зарядка», «Спорт- это сила», «Игры для здоровья». «Мои полезные привычки».   Цель: формировать положительное отношение к режимным процессам.   * Игра - занятие «Мы едим».   Цель: воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть; спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, правильно держать ложку между указательным и средним пальцами, придерживая сверху большим; набирать в ложку немного еды, есть с широкого края, бесшумно.   * Игра – занятие «Друзья Вода и Мыло».   Цель: Воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой   * Игровые ситуации:   «Мы, ребята-крепыши, с физкультурой дружим мы!»   * Дидактическая игра: «Что такое хорошо и что такое плохо?»   Цель: понимать речь взрослого и отвечать на вопросы.   * Беседа о здоровье .   «Кто с закалкой дружит - никогда не тужит»  Цель: Напомнить детям, что помогает им быть здоровыми.   * Игровое упражнение: «Превращение куклы «Замарашки» в «Чистюлю».   Цель: закреплять культурно-гигиенические навыки.   * Дидактическая игра «Собери картинку» * Музыкально– ритмическое движение «Вот ручка, вот ножка…». «Головой мы покиваем».   Цель: обогащать опыт игровой и двигательной активности, развивать чувство ритма.   * Рассматривание картинок, иллюстраций:   «Правила личной гигиены», беседа по картинкам.   * Дидактическая игра «Кто я такой?»   Цель: упражнять детей в умении правильно называть части тела человека, умении различать девочек и мальчиков.   * Игровые ситуации: «Поможем Мишутке сбить кеглю». * Чтение «Мне бы чемпионом стать», «Кто быстрее», «Мы с папой спортсмены». * Рассматривание иллюстраций (дидактические картинки, иллюстрации к сказкам, потешкам). * Игровые ситуации «Мы спортсмены», «Кто выше».   Цель: Обогащать опыт двигательной активности.   * Спортивный праздник «Праздник солнца».   Цель: Популяризация здорового образа жизни. Удовлетворять потребность в двигательной активности. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями. | Родительское собрание «Вот и стали мы на год взрослей».  Отчёт о результатах проектной деятельности (презентация).  Совместное спортивное развлечение «Мой весёлый звонкий мяч».  Консультации для родителей: «Закалка, спорт, движение», «Лето красное - для здоровья время прекрасное!», «Нежданная опасность» (о ядовитых растения, укусах насекомых)  Папка-передвижка  «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»  «Витамины на тарелке»  Буклет «Здоровый образ жизни».  Памятка «Профилактика кишечных инфекций» |

**Дальнейшее развитие проекта:**

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу по указанной теме через создание и реализацию новых совместных с родителями проектов с использованием интегрированного подхода в этом направлении.

Продолжать внедрять в педагогическую практику здоровьесберегательные технологии, направленные на охрану и укрепление здоровья дошкольников.

**Литература**

* Васильева М.А., Гербова В.В, Комарова Т.С. «Комплексные занятия», Волгоград, изд. «Учитель» - 2012г
* Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей.: Пособие для воспитателя д/с, - М.:Просвещение,1986
* Белова О.Е «Циклы игровых комплексов с детьми 2-4 лет в адаптационный период по программе «От рождения до школы » Волгоград, изд. «Учитель» - 2015г
* Гербов В.В. «Занятия по развитию речи» Москва, изд. МОЗАИКА-СИНТЕЗ - 2008г
* Винникова Г.И. «Занятия с детьми 2-3 лет: социальное развитие, окружающий мир» Творческий Центр СФЕРА, Москва - 2009г
* Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. - М: «Просвещение», 1978.
* Картушина М.Ю. «Зеленый огонек здоровья». Программа оздоровления дошкольников Творческий Центр СФЕРА, Москва - 2009г
* Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка// Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.:АРКТИ, 1999.
* Палицина Н.И. Методическое пособие воспитателям «МАЛЫШ» для работы с детьми 2-3 лет. Пермь – 2002г
* Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Мозаика Синтез, 2002
* Харченко М.А. «Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет». Издательство «Мозаика-Синтез» 2008
* МP3 запись стихотворения «Девочка Чумазая»
* Мультфильм «Мойдодыр»
* Иллюстрации, плакаты по теме.

Интернет-ресурсы:

• http:// nsportal.ru

• http:// festival.1september.ru.

**Приложение.**

**Анкета для родителей**

**«Физическое воспитание в семье».**

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Делаете ли Вы дома зарядку?

4 Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

5. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

6 Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по "чудо-коврику"

7 Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

8 Чем занят Ваш ребенок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

компьютер

9. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание

коррекция осанки

профилактика плоскостопия

**Спасибо за сотрудничество!**

**Анкета для родителей**

**«Физическое воспитание в семье».**

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Делаете ли Вы дома зарядку?

4 Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

5. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

6 Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по “чудо-коврику”

7 Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

8 Чем занят Ваш ребенок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

компьютер

9. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание

коррекция осанки

профилактика плоскостопия

**Спасибо за сотрудничество!**

**Памятка для родителей.**

• Помни: здоровье не все, но все без здоровья - ничто!

• Здоровье нужно не только тебе, но и людям, которым ты обязан помогать и защищать.

• Здоровье - не только физическая сила, но и душевное равновесие.

• Здоровье - это твоя способность удовлетворять в разумных пределах свои потребности.

• Здоровье - это физическая и гигиеническая культура нашего тела: нет ничего красивее человеческого тела.

• Здоровье - это душевная культура человека: доброта, надежда, вера и любовь к тем, кто тебя окружает.

• Здоровье - социальная культура человека, культура человеческих отношений.

• Здоровье - это любовь и бережное отношение к природе: природа не брат и не сестра, а отец и мать человечества.

• Здоровье - это стиль и образ твоей жизни. Источник здоровья и источник всех бедствий зависят от тебя и от твоего образа жизни.

• Хочешь быть здоровым - подружись с физической культурой, чистым воздухом и здоровой пищей.

• Помни: солнце нам друг и все мы - дети солнца, но с его лучами не шути: загорание не должно стать сгоранием на солнце.

• Ходи периодически по земле босиком - земля дает нам силу, отводит из тела лишнее электричество.

• Учись правильно дышать - спокойно, неглубоко и равномерно.

• Семья - наша опора и наше счастье: делай в семье так, чтобы каждый член семьи чувствовал свою нужность и зависимость друг от друга.

• Люби нашу землю - мать и кормилицу, бережно относись к ней и ко всему живому, чему он дала жизнь. Хочешь жить - люби жизнь!

**Система игр – занятий для детей первой младшей группы по формированию здорового образа.**

**Игра - занятие «Наши верные друзья»**

Цель: довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур.

Ход игры.

Воспитатель: ребята, посмотрите какие предметы я сегодня принесла к нам на занятие. (Показывает зубную щетку и тюбик с зубной пастой.) Для чего нам нужны эти предметы?

Дети: (ответы).

Воспитатель читает стихотворения:

Зубная щетка.

Я щётка - хохотушка, зубам твоим подружка.

Люблю все убирать, мести и вычищать.

Тюбик с зубной пастой.

Здравствуйте, друзья! Я тюбик.

И совсем я не опасен, мятный запах мой прекрасен.

Я не жадный,- говорю. Пасту всем свою дарю.

Чтоб улыбка засияла белизной,

вы, ребята, подружитесь со мной!

Воспитатель: У взрослого человека 32 зуба. Сейчас у вас их меньше и называются они молочными. (Дает детям зеркальце, чтобы они рассмотрели свои зубы.)

Формирование молочных зубов начинается задолго до рождения. Когда ребёнок рождается, у него в дёснах уже есть зубы. Первые зубы, которые называются молочными, начинают прорезываться в возрасте 6 - 7 месяцев. К 2 годам обычно прорезываются уже все 20 молочных зубов. Молочные зубы очень важны для процесса жевания, пищеварения, развития речи, а также они служат основой для формирования челюстей. В возрасте 6 - 7 лет корни молочных зубов начинают рассасываться. Затем зуб расшатывается и выпадает. На смену молочным приходят постоянные зубы. Если потерять постоянный зуб, то новый уже не вырастет.

Главный враг зубов - кариес. У него есть помощники - налёт и чёрный камень.

Ты почистил зубы, поел, через какое-то время поверхность зуба становится жёлтой и шершавой. Если вовремя не удалить налёт щёткой и пастой, т.е. если ты не почистишь зубы, то придет чёрный камень и сделает зуб некрасивым и больным. А уж потом начинает действовать коварный кариес, который начинает разрушать зубик.

Кариес и его друзья боятся щётки и зубной пасты. Запомни, именно они лучшие друзья твоих зубов. Чистить зубы надо утром и вечером, сгонять противный кариес с зубов. Чуть помедлишь, поленишься - и он тут как тут. А днём после приёма пищи советую прополоскать рот тёплой водой. Зубная щётка зубам верная подружка, если только ею пользоваться умеючи. А то бывает, проведут ребята легонечко щёткой 2-3 раза по передним зубам кое-как и всё, думают, что справились победили кариес. Да не тут-то было, он - кариес только того и ждёт, чтобы вы ленились да кое-как чистили зубы. Нет, пользы от такой чистки не будет никакой. Смотри и повторяй!

Торжественное обещание.

Чтобы в грязнулю и неряху

Мне не превратиться,

Обещаю каждый день чисто, чисто ... (мыться).

Быть хочу я очень чистой,

А не чёрной галкой,

Обещаю я дружить с мылом и ... (мочалкой).

А ещё, два раза в сутки

Обещаю чистить ... (зубки).

Обещаю всем кругом

Быть послушным малышом.

Ходить чистым и опрятным очень, очень ... (аккуратным).

Воспитатель: молодцы, ребята, сейчас мы пойдем в ванну, возьмем свои зубные щетки и покажем как мы умеем правильно чистить зубы.

**Игра - занятие «Личная гигиена».**

Цель: довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур.

Ход игры.

Воспитатель: Ребята, посмотрите на этих двух мальчиков. ( Показывает картинки, где изображены 2 мальчика, 1 чистый и опрятный, 2 неумытый, в грязной одежде).

- Какой мальчик вам понравился больше?

- Почему?

Дети: (ответы).

Воспитатель: Чтобы человек выглядел чистым и аккуратным, ему необходимо соблюдать правила личной гигиены. А что же это такое? Правила личной гигиены - это когда человек следит за чистотой своего лица, рук, тела, зубов, старается не быть замарашкой, как мальчик на рисунке. Но чтобы не стать замарашкой, надо кое с кем подружиться.

Мыло.

У мыла есть забота,

Мыло ходит на работу.

Сашу мылит, отмывает

Часто в гости приглашает.

Приглашенье принимай,

Мыльце ты не забывай.

Стихотворение - загадка

Полотенце Махровое, душистое, мягкое, пушистое.

Любит воду промокать, где что влажно вытирать.

Воспитатель: Придут ребята с гулянья - и к крану. Пустят воду, ладошку о ладошку чуть-чуть потрут без мыла и к полотенцу потянутся, грязь на нем и останется.

Ребята, расскажите, как правильно вымыть руки. Дети: (ответы) **8правил, как вымыть руки**

1 Закатай рукава.

2 Намочи руки.

3Возьми мыло и намыль руки до появления пены.

4Потри не только ладони, но и тыльную их сторону.

5 Смой пену.

6 Проверь, хорошо ли вымыл руки.

7Вытри руки.

8Проверь, сухо ли вытер руки - приложи тыльной стороной к щеке.

**Игра - занятие «Мы едим».**

Цель: воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть; спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, правильно держать ложку между указательным и средним пальцами, придерживая сверху большим; набирать в ложку немного еды, есть с широкого края, бесшумно.

Ход игры.

Упражнение проводится в процессе обеда. Перед тем как дети сядут за столы, воспитатель, сев за стол, говорит:

- Посмотрите, дети, как я сижу: глубоко, на всем сиденье стула, спина прямая. Левой рукой я буду брать хлеб, придерживать тарелку, правой - держать ложку. Ноги под столом ставлю рядом. А теперь вы все сядьте так же.

Проверяет, напоминает правила спокойно и ласково. Затем говорит:

- Я набираю неполную ложку супа, чтобы не разлить.

Есть удобно с широкого края ложки. (Ест несколько ложек.) Старайтесь хорошо все прожевать с закрытым ртом.

Дети приступают к еде. Воспитатель следит за тем, как они едят, делает необходимые замечания. Когда они переходят к третьему блюду, раздается стук в дверь, няня вводит Мишутку. Воспитатель принимает его, подводит к столу, предлагает стул, усаживает, спрашивает, не голоден ли он.

- Спасибо, - отвечает Мишутка, - я сыт. Я пришел к вам в гости.

- Мы очень рады тебе, Мишутка, и хотим угостить тебя. Выпей с нами компот. Воспитатель «угощает» медвежонка. Тот что-то говорит воспитателю шепотом.

- Дети, - обращается педагог к малышам. - Мишутке очень нравится, что у нас так чисто. Он знает секрет: когда все съел, ложку надо класть на тарелку, и скатерть тогда останется чистой. Давайте скажем Мишутке спасибо. Это нам поможет. А ты посмотри, как красиво сидят наши дети: спина прямая, ноги поставили рядом.

Мишка хвалит детей, благодарит их за угощение и прощается.

**Игра - занятие «Умоем куклу Таню».**

Цель: воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета, игр с песком; учить умываться после сна и вечером перед сном, соблюдать последовательность действий процесса умывания, насухо вытираться полотенцем.

Ход игры. Раздается стук в дверь.

- Кто там стучится? - спрашивает воспитатель. (Отворяет дверь.) - Кто там? Входите, пожалуйста!

Никто не входит, но за дверью лежит красиво упакованная «Посылка». Воспитатель вносит ее в группу, дети рассматривают, предлагают открыть. Достают письмо от Мойдодыра: «Дорогие ребята! Вчера на прогулке я встретил девочку, которая мне рассказала, что в вашем детском саду есть кукла, у которой лицо и руки чумазые. Вот я и решил попросить вас показать ей, как надо умываться. Посылаю в подарок «мыло душистое и полотенце пушистое». До свидания. Ваш друг Мойдодыр».

- Спасибо, Мойдодыр! - говорит воспитатель, закончив читать письмо, - понюхайте, ребятки, как мыло пахнет.

- А какая же кукла у нас чумазая? Поищите ее.

Дети обнаруживают куклу Таню в кукольном уголке за столиком. Перед ней на блюдечке ягоды. Щеки и руки измазаны ягодным соком.

- Ой, какие у тебя грязные щеки и руки! Подвела ты нас, лакомка! - с укором говорит воспитатель.

По просьбе педагога все вспоминают правильные и последовательные действия умывания. Затем воспитатель берет куклу Таню, сначала моет ей руки, затем лицо. Воспитатель комментирует:

- Сейчас я тебе сделаю из мыльной пены белые «перчатки». Затем смоем пену водой - вот руки и чистые. Теперь умоем лицо, чтобы тоже было чистое. Почему мы умываем куклу Таню? Верно, она испачкалась. А еще когда мы моем руки и умываемся? Правильно, по утрам, перед сном, после игр и перед едой. Вот и сейчас мы все пойдем мыть руки перед обедом. (Переходит в умывальную комнату.) Вспомним, как это надо делать. Вот у всех получились белые «перчатки». Смоем пену - и у всех будут чистые руки..

**Игра - занятие «Мы едим».**

Цель: воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть; спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, правильно держать ложку между указательным и средним пальцами, придерживая сверху большим; набирать в ложку немного еды, есть с широкого края, бесшумно.

Ход игры.

Упражнение проводится в процессе обеда. Перед тем как дети сядут за столы, воспитатель, сев за стол, говорит:

- Посмотрите, дети, как я сижу: глубоко, на всем сиденье стула, спина прямая. Левой рукой я буду брать хлеб, придерживать тарелку, правой - держать ложку. Ноги под столом ставлю рядом. А теперь вы все сядьте так же.

Проверяет, напоминает правила спокойно и ласково. Затем говорит:

- Я набираю неполную ложку супа, чтобы не разлить.

Есть удобно с широкого края ложки. (Ест несколько ложек.) Старайтесь хорошо все прожевать с закрытым ртом.

Дети приступают к еде. Воспитатель следит за тем, как они едят, делает необходимые замечания. Когда они переходят к третьему блюду, раздается стук в дверь, няня вводит Мишутку. Воспитатель принимает его, подводит к столу, предлагает стул, усаживает, спрашивает, не голоден ли он.

- Спасибо, - отвечает Мишутка, - я сыт. Я пришел к вам в гости.

- Мы очень рады тебе, Мишутка, и хотим угостить тебя. Выпей с нами компот. Воспитатель «угощает» медвежонка. Тот что-то говорит воспитателю шепотом.

- Дети, - обращается педагог к малышам. - Мишутке очень нравится, что у нас так чисто. Он знает секрет: когда все съел, ложку надо класть на тарелку, и скатерть тогда останется чистой. Давайте скажем Мишутке спасибо. Это нам поможет. А ты посмотри, как красиво сидят наши дети: спина прямая, ноги поставили рядом.

Мишка хвалит детей, благодарит их за угощение и прощается.

**Игра - занятие «Умоем куклу Таню».**

Цель: воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета, игр с песком; учить умываться после сна и вечером перед сном, соблюдать последовательность действий процесса умывания, насухо вытираться полотенцем.

Ход игры. Раздается стук в дверь.

- Кто там стучится? - спрашивает воспитатель. (Отворяет дверь.) - Кто там? Входите, пожалуйста!

Никто не входит, но за дверью лежит красиво упакованная «Посылка». Воспитатель вносит ее в группу, дети рассматривают, предлагают открыть. Достают письмо от Мойдодыра: «Дорогие ребята! Вчера на прогулке я встретил девочку, которая мне рассказала, что в вашем детском саду есть кукла, у которой лицо и руки чумазые. Вот я и решил попросить вас показать ей, как надо умываться. Посылаю в подарок «мыло душистое и полотенце пушистое». До свидания. Ваш друг Мойдодыр».

- Спасибо, Мойдодыр! - говорит воспитатель, закончив читать письмо, - понюхайте, ребятки, как мыло пахнет.

- А какая же кукла у нас чумазая? Поищите ее.

Дети обнаруживают куклу Таню в кукольном уголке за столиком. Перед ней на блюдечке ягоды. Щеки и руки измазаны ягодным соком.

- Ой, какие у тебя грязные щеки и руки! Подвела ты нас, лакомка! - с укором говорит воспитатель.

По просьбе педагога все вспоминают правильные и последовательные действия умывания. Затем воспитатель берет куклу Таню, сначала моет ей руки, затем лицо. Воспитатель комментирует:

- Сейчас я тебе сделаю из мыльной пены белые «перчатки». Затем смоем пену водой - вот руки и чистые. Теперь умоем лицо, чтобы тоже было чистое. Почему мы умываем куклу Таню? Верно, она испачкалась. А еще когда мы моем руки и умываемся? Правильно, по утрам, перед сном, после игр и перед едой. Вот и сейчас мы все пойдем мыть руки перед обедом. (Переходит в умывальную комнату.) Вспомним, как это надо делать. Вот у всех получились белые «перчатки». Смоем пену - и у всех будут чистые руки.

Игра - занятие «Оденемся на прогулку».

Цель: воспитывать потребность в аккуратности и порядке, бережное отношение к одежде. Формировать навык последовательных действий одевания и раздевания, умение складывать, вешать вещи в свой шкаф.

Ход игры.

Воспитатель предлагает кому-либо из детей одеть куклу на прогулку, а другим - посмотреть, в какой последовательности тот одевает ее. Поясняет действия ребенка, заостряет внимание на важном:

- Сначала Лена взяла часть одежды, которую надо надевать в первую очередь. Аккуратно положила ее на стул. Правильно. Лена сначала надевает кукле Тане штаны и ботинки, а затем свитер. После надевает теплую куртку.

После этого воспитатель предлагает всем детям самим одеться на прогулку, Наблюдает их действия, поощряет быстроту и ловкость:

- Молодцы, вы оделись быстро и правильно и теперь сможете долго гулять на свежем воздухе**.**

**Игра – занятие «Мы моем свои расчески***».*

Цель*:* воспитыватьудетейнавыкипользованиясвоейрасческой и ухода за ней. Учить чистить щеткой расческу и промывать ее. Воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставание.

Ход игры.

Дети садятся на стулья, расставленные полукругом. Обращаясь к ним, воспитатель говорит:

- Ребята, не знаете ли вы, где наш Мишутка? Он всегда сидел с другими куклами, а теперь ушел куда-то.

Воспитатель дает детям возможность, посмотреть, поискать его. Сам выходит за дверь и быстро возвращается с Мишуткой, одетым в белый халат. В ведерке у него щеточки для чистки расчесок.

- Заходи, Мишутка, мы тебе рады, - говорит воспитатель.

Мишутка здоровается, дети отвечают, разглядывая его. Затем Мишутка обращается к детям:

- Я был в умывальной комнате, посмотрел на ваши расчески. У многих они грязные, вот и пришел сказать, что их нужно мыть.

- Вот видите, дети, причесывать волосы вы умеете, а мыть расчески нет. Покажи нам, пожалуйста, Мишутка, как это надо делать.

- С удовольствием! Но для этого нужно, чтобы каждый принес свою расческу.

Воспитатель предлагает детям пойти в умывальную комнату, каждому взять свою расческу с полочки, проверяет, свои ли расчески они принесли. Дети подходят к столам, составленным в длину, на которых стоят тазики, и становятся возле них. Воспитатель с «помощью» Мишутки показывает, как надо мыть расчески, как вытирать ее бумажной салфеткой. Все дети принимаются мыть расчески: моют намыленной щеточкой между зубьями, полощут и вытирают. Мишутка проверяет, хорошо ли вымыто, помогает тем, кто затрудняется. Затем все кладут свои расчески и щеточки на полки. Благодарят Мишутку за помощь. Мишутка прощается и уходит.

**Игра – занятие «В гостях у Мойдодыра ».**

Цель: воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставание. Воспитывать потребность в аккуратности, умение обращать внимание на внешний вид.

Ход игры.

Воспитатель собирает детей около себя:

- Ребята, мы сегодня поговорим о предметах, которые помогают нам быть опрятными, чистыми, красивыми, ухоженными. Что это за предметы? Кто знает? (Ответы детей.) Правильно, это мыло, мочалка, зубная паста, расческа, зубная щетка, шампунь, полотенце ... (Стук в дверь.) В группу входит Незнайка - лохматый, грязный (сотрудник учреждения).

Здравствуй, Незнайка. Что с тобой случилось? Ты заболел? Почему ты такой грустный?

\_ Здравствуйте, ребята! Мне очень грустно. Я сегодня вышел во двор и хотел поиграть с детьми. Но со мной никто не захотел играть. Все сначала отошли в сторону, а потом дали мне этот мешочек и сказали, что вещи, которые там лежат, мне помогут. Вот, посмотрите.

Незнайка отдает мешочек детям и просит помочь, ему.

- Ребята, давайте посмотрим, что в мешке. Смотрите, что это? (Мыло.) Как вкусно пахнет. Какое мыло? (Душистое, белое, круглое.) Кто расскажет Незнайке, зачем нужно мыло?

Ребенок (по желанию) рассказывает, воспитатель помогает (мыло нужно для того, чтобы умываться: мыть руки, лицо, шею и все тело, чтобы они были чистыми).

Незнайка: А как моют руки? Покажите мне, ребята!

Надо, надо нам помыться, где тут чистая водица?

Кран откроем: ш-ш-ш, руки моем: ш-ш-ш,

Щечки, шейку мы потрем и водичкой обольем.

Дети (с помощью педагога) имитируют умывание.

- Ой, руки у нас мокрые! Что нам нужно, чтобы руки стали сухие? (Полотенце.) Дети берут в руки воображаемое полотенце и «вытирают» руки.

- Незнайка, посмотри, есть в твоем мешочке полотенце? Незнайка достает полотенце.

- Полотенце какое? (Красивое, мягкое, пушистое, разноцветное)

Педагог предлагает детям достать, из мешка все предметы и рассказать о них. Каждый из детей рассказывает что это и как этим можно пользоваться. Например: Это расческа. Расческа нужна нам, чтобы расчесывать волосы вот так (ребенок показывает Незнайке, имитируя движения расчесывания, как нужно расчесываться).

Незнайка счастлив! Теперь он знает, как быть чистым, опрятным, красивым. Он уходит, взяв с собой мешочек.

**Игра – занятие: «Сказка о зубной щетке».**

Цель: довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур.

Ход игры.

Воспитатель: ребята, Мойдодыр прислал нам сказку о зубной щетке, послушайте.

«Жила-была Зубная Щетка в золотом футлярчике. Каждое утро она на свои красивые волосы накладывала густую зубную пасту. У этой Зубной Щетки было много друзей - это и мыло, и мочалка, и другие щетки. Она очень радовалась тому, что девочка всегда чистила зубы, а затем аккуратно укладывала щетку в золотой футлярчик».

Дети, кто знает, почему девочка так бережно обращалась с зубной щеткой?

Дети: Потому что щетка помогала ей чистить зубы!

Воспитатель. Скажите, пожалуйста, а для чего нужно чистить зубы?

Дети.: Чтобы они были чистыми, здоровыми и не болели.

Воспитатель: Молодцы. Кто расскажет, как правильно чистить зубы?

Дети рассказывают.

Воспитатель: Ребята, а кто из вас по утрам до умывания делает зарядку? (ответы детей). Давайте вспомним, как мы делаем зарядку:

Каждый день мы по утрам делаем зарядку,

Очень нравится нам все делать по порядку:

Весело шагать, весело шагать, (дети выполняют

Руки поднимать, руки опускать, движения)

Приседать и вставать, прыгать и скакать.

Воспитатель: Молодцы, ребята, и помните, что для того чтобы сберечь свое здоровье нужно каждый день делать зарядку.

**Игра-занятие «Кошечка в гостях».**

Цель: воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставание. Воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой,

Ход игры.

Дети садятся на стулья, расставленные полукругом. Обращаясь к ним, воспитатель говорит: ребята, сегодня к нам придут гости, давайте вспомним, как встречают гостей.

Ответы детей. Воспитатель подытоживает: Правильно, нужно встретить гостя, поздороваться, пригласить войти, помочь ему раздеться. ( Раздается стук в дверь) пойдемте встречать гостей. (Открывают дверь – на пороге сидит игрушка-котенок).

Воспитатель: Здравствуй котенок, как тебя зовут? (Подносит игрушку к уху.) котенка зовут Вася. Ну что знакомьтесь ребята с Васей. (Дети называют свои имена и здороваются с котенком.) (Ели дети забывают пригласить котенка пройти, то воспитатель напоминает им об этом.)

Воспитатель: Ребята, про кошек говорят – часто умывается, а с водой не знается. Как вы думаете, почему кошки так часто умываются? (Ответы детей.) конечно, чтобы быть чистой.

Нужно мыться непременно утром, вечером и днем,

Перед каждою едою, после сна и перед сном.

Кто расскажет и покажет, как нужно мыть руки? (Дети отвечают по желанию.) идемте в умывальную комнату. Правильно, сначала надо засучить рукава, потом смочить руки, намылить их, сделать белые пушистые «перчатки», чем **выше, тем** лучше. Потом хорошо потереть руки и смыть всю пену. А затем вытереть полотенцем.

Воспитатель: Ребята, котенку понравилось что мы умеем так чисто мыть руки. Котята очень любят прыгать, бегать, играть, давайте покажем, как мы по утрам до умывания делаем зарядку. Алена, какое упражнение тебе нравиться делать на зарядке? Покажи его котенку.(Все дети по очереди показывают свой любимые упражнения).

Воспитатель: Ну вот котенку пора домой, его ждет мама кошка. Давайте прощаться и не забудьте пригласить его еще к нам в гости.

**Игра –занятие «Кукла Таня у нас в гостях».**

Цель: формировать навыки поведения за столом, общения с гостем.

Ход игры.

Дети садятся на поставленные полукругом стулья. Воспитатель сообщает о том, что кукла Таня обещала сегодня прийти в гости.

Воспитатель: Как мы встретим Таню? (Ответы детей.)

Воспитатель: Да, скажем: «Здравствуй, Таня!» И сделаем поклон головой (показывает). А как мы предложим Тане стул? Посмотрите,дети, как нужно предложить стул. (Педагог ставит стул и говорит: «Садись, Таня, пожалуйста».)

Раздается стук в дверь. Няня вводит большую куклу Таню. Таня здоровается. Дети отвечают.

Воспитатель: Сашенька, предложи, пожалуйста, Тане стул. Саша с готовностью несет стул и говорит: «Садись, Таня, пожалуйста!»

Воспитатель: Мы рады, Таня, что ты пришла к нам в гости. Ребята, давайте угостим Таню чаем.

Воспитатель: Нужно сказать: «Садись, Таня, с нами пить». (Дети повторяют приглашение.) Таня благодарит.

Воспитатель: Яна и Мрина, расставьте, пожалуйста, чашки для всех. (Девочки расставляют кукольный сервиз.) Воспитатель предлагает всем сесть к столу, вежливо приглашает и Таню. Яну просит налить чай. Яна сидит рядом с Таней и ей первой наливает чай.

Воспитатель: Правильно, Яна, гостье первой наливают чай. Яна, угости гостью конфетой. (Таня благодарит.) Дети наблюдают за происходящим, пьют чай. Воспитатель, действуя за Таню, показывает, как правильно, красиво держать чашку, не поднимать ее высоко, допивая чай, и т. п. Воспитатель обращает внимание на то, как следует держать чашку, показывает, как Таня вытирает рот салфеткой, и выходит из-за стола

Затем Таня благодарит детей за угощение, прощается. Дети прощаются с ней, приглашают снова в гости.

**Игра – занятие «Помоги одеться Тане».**

Цель: формировать навык последовательных действий одевания и раздевания.

Ход игры.

Воспитатель собирает детей около себя: ребята, сегодня утром мама разбудила Таню (кукла лежит в кроватке, взрослый будит) и сказала ей: «Пока я буду готовить завтрак, ты оденься сама». Встала Таня и не знает что ей надевать. (На стульчике лежат носки, платье, на – полу тапочки.) Решила она надеть сначала тапочки. А потом носочки. Разве сначала тапочки надевают, а потом носочки? Что сначала надевают? (Ребенок называет.) Надела она носочки, затем тапочки. (Взрослый одевает куклу.) А теперь надо надеть ... Что? Ребенок называет. Взрослый надевает кукле платье. После завтрака мама говорит Тане: «Сейчас мы с тобой пойдем гулять, но на улице очень холодно, ты оденься потеплее. (Ставит ботинки, вешает колготки, кофту, пальто, платок, кладет шапку.) Сняла Таня тапочки, носочки (взрослый снимает обувь) и стала надевать ... Что стала она надевать? (Взрослый надевает колготки, ботинки, кофту, платок, шапку, пальто. Ребенок перечисляет все эти предметы.)

После прогулки пришла Таня домой и стала раздеваться: сняла ... Что? Ребенок называет: «Пальто, шапку, платок, кофту, ботинки, колготки». Взрослый раздевает куклу. И надела ... Что? «Носки, тапочки», - говорит ребенок (Взрослый надевает.)

Ребята, какие вы молодцы, помогли тане после сна одеться и на прогулку сходить и раздеться. Таня вас всех благодарит, говорит вам «спасибо « ребята. Давайте прощаться с Таней.

**Игра – занятие «Друзья Вода и Мыло».**

Цель: Воспитывать потребность мыть руки с мылом перед едой.

Ход игры.

Воспитатель: послушайте «Сказку о микробах». Жили-были микробы, больше всего на свете они любили грязь. Вместо одежды носили микробы разные болезни, на них было так много болезней, что даже зимой им было не холодно. Микробы очень любили, когда вокруг было много грязи, чем грязнее, тем им было приятнее. Вот на столе кто-то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались на тарелке, на ложках, на хлебе и думают: «Как хорошо, что на свете есть грязнули и Мухи!» И стало микробам раздолье. И на руки можно попасть, и в рот к человеку. А там уж и до болезни рукой подать!

Что помогает нам победить микробы?

- Как вы думаете, повар (или мама) перед тем, как готовить пищу, моет руки?

Что нужно, чтобы как следует вымыть руки? (Мыло, вода и чистое полотенце.)

- Да. Вода и Мыло - настоящие друзья. Они помогают уничтожить микробы.

Когда следует мыть руки? Как надо правильно мыть руки? (Сильно намочите руки. Пользуйтесь мылом. Намыливайте руки с обеих сторон. Намыливайте руки между пальцами. Полощите руки чистой водой. Вытирайте руки насухо полотенцем.)

Помните, ребята – от простой воды и мыла у микробов тают силы.