Конспект занятия по формированию КГН «Чистота — залог здоровья» в старшей группе

Тараева И. А.

2020 г.

**Цель:** Совершенствовать культурно – гигиенические навыки.

**Задачи:** Дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья; познакомить с материалом на тему: *«Микробы и какая наука их изучает»*. Развивать внимание, речь, память.

Подвести детей к понятию, что *«Чистота – залог здоровья»*. Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью. Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически, за чистотой ногтей, умение самостоятельно чистить зубы.

**Оборудование:** слайды *«Микробы»*, *«Правила личной гигиены»*, коробка (посылка, в ней: разное мыло (туалетное, хозяйственное, жидкое, гигиенический гель для рук, расчёска, мочалка, зубная щётка, полотенце.

**Предварительная работа:** Чтение сказки К. Чуковского *«Мойдодыр»*, стихотворения А. Барто *«Девочка чумазая»*, отрывок из стихотворения В. Маяковского *«Что такое хорошо и что такое плохо»* и др.

Просмотр мультфильмов *«Мойдодыр»*, «Доктор Заяц или легенда о Зубной Фее”, Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками! Как научить ребенка чистить зубы».

**Ход НОД**

Воспитатель: Сегодня мы поговорим с вами о том, что чистота- залог здоровья.

Читаю отрывок К. И. Чуковского *«Мойдодыр»*:

Рано утром на рассвете,

умываются мышата,

и котята, и утята,

и жучки, и паучки…

А вы утром умываетесь?

Дети: Да

Воспитатель: Для чего же нужно умываться?

Дети: чтобы быть чистыми, красивыми, аккуратными, а еще и здоровыми.

Воспитатель: Нам сегодня в детский сад пришла посылка от Доктора Айболита. А в коробке-то загадки:

1. Для кудрей и хохолков

Двадцать пять зубков.

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. *(Расческа)*

2. Вместе с мылом и водой

Я слежу за чистотой,

Пены для меня не жалко

Разотру вас

Я …. *(мочалка)*

3. По утрам и вечерам

Чистит - чистит зубы нам,

А днем отдыхает,

В стаканчике скучает *(зубная щетка)*

4. Длинная дорожка,

Два вышитых конца,

Мягкая и чистая

После купания осушит меня *(полотенце)*

5. Бывает семейным, хозяйственным, банным,

Бывает душистым иль не пахнет совсем,

Разного цвета, размера и формы любой,

Но скользким бывает только с водой! *(мыло)*

6.Без нее мы никуда:

*«ни туда и не сюда»*,

Всем для жизни нам нужна

Очень чистая. *(Вода)*

Воспитатель: Молодцы. Все загадки отгадали. Посмотрите, как много различного мыла нам прислал Айболит. Зачем нам мыло?

Дети: Чтобы руки мыть. Умываться и быть чистыми.

Воспитатель: Правильно. А разве нельзя вымыть руки и лицо обыкновенной водой.

Дети: С мылом все микробы погибнут.

Воспитатель: Правильно. Мыло отмывает грязь, уничтожает микробы и уничтожает неприятные запахи.

А какое мыло, что можно о нём можно сказать? *(ответы детей)*

Воспитатель: Давайте проведём опыт:

Возьмём таз с чистой водой и натрём туда мыла. Понаблюдаем, как постепенно мыло растворяется в воде, а если взболтать воду, то мыло в воде начинает пенится. Свойства мыло:

1. имеет цвет

2. запах

3. форму.

Мыло твердое, если мы его не намочили, сырое - скользкое, мыло – гладкое. Любое мыло растворяется в воде, пенится, образует много пузырьков.

Физминутка.

На болоте две подружки

Две зеленые лягушки

Утром рано умывались

Полотенцем растирались.

Ножками потопали

Ручками похлопали

Вправо, влево наклонялись

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чем секрет

Всем друзьям физкульт привет!

Воспитатель: А вы знаете, что такое микробы? Микробы очень маленькие и живые, их можно увидеть только под микроскопом. Они попадают в наш организм и вызывают болезнь. Микробы живут в грязном теле. Наука, изучающая микроорганизмы называется микробиология. А к микроорганизмам относятся:

-бактерии

-вирусы

Начало этой науке положил Антони ван Левенгук в 17 веке.

Как вы думаете, чего боятся микробы?

Дети: микробы боятся мыла и воды.

Воспитатель: Сейчас я вам расскажу сказку про микробов, которые можно рассмотреть только под микроскопом.

Послушайте *«Сказку о микробах»*.

Жили – были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось.

Вот на столе кто – то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Ту как тут муха. А на её лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе – 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 человеку. А там уж и до болезни рукой подать!

Тут прибежал мальчик Сережа с улицы, и схватил грязными руками кусочек хлеба со стола, и в рот! А на следующий день у него заболел живот и поднялась температура.

Воспитатель: Как вы думаете, ребята, почему заболел Сергей? Что он неправильно сделал?

Как ещё попадают микробы в организм человека?

Дети: Если человек не моет руки, не моет овощи и фрукты.

Воспитатель: Правильно. А ещё при чихании и кашле не прикрывает рот и нос, пользуется чужими вещами. Всегда и везде, где бы вы не были надо соблюдать правила личной гигиены.

Давайте вспомним алгоритм, как правильно следует мыть руки? *(дети показывают и рассказывают)*. Показ слайдов *«Правила личной гигиены»*.

Воспитатель: Поиграем в игру: *«Разрешается-запрещается»*. Я буду называть различные правила и нарушения правил гигиены, а вы будите говорить да или нет.

Разрешается:

1. **Чистить зубы**

2. Мыть волосы

3. Пользоваться носовым платком

4. Принимать душ

5. Мыть руки

Запрещается:

1. Грызть ногти

2. Не мыть волосы

3. Ковырять в носу

4. Ходить в грязной одежде

5. Ходить неопрятным.

6. Есть и пить на улице.

7. Есть грязные овощи и фрукты.

8. Есть из грязной посуды.

Полезные советы от Доктора Айболита:

1. Мойте руки перед едой

2. Раз в неделю мойтесь основательно, а душ принимайте каждый день

3. Утром, после сна, мойте руки, лицо, шею, уши

4. Каждый день чистите зубы перед сном

5.Обязательно мойте руки после: уборки комнаты, туалета, игр, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте

6. И зарядкой занимайтесь ежедневно по утрам.

Воспитатель: Что же нужно для того, чтобы быть здоровым?

Дети: соблюдать чистоту, правильно питаться, соблюдать режим дня и заниматься спортом.

Воспитатель: Сейчас в завершение послушайте стихотворение

*«Пугалки»* М. Котина.

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.

Воспитатель: Как же не быть грязнулей, что для этого надо делать?

1. мыть руки по мере загрязнения - перед едой, после туалета, после прогулки;

2. следить за чистотой ногтей – нельзя грызть ногти, обрывать, стричь тупыми ножницами;

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

4. беречь кожу от ожогов и обморожения – ходить в варежках или перчатках,

5. следить за чистотой волос, мыть по мере загрязнения.

Воспитатель: Молодцы, ребята. Вы запомнили правила и будете их выполнять всегда. И закончить хочу словами из сказки К. И. Чуковского *«Мойдодыр»*:

Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым Трубочистам **—**

Стыд и срам! Стыд и срам!

Да здравствует мыло душистое,

И полотенце пушистое,

И зубной порошок,

И густой гребешок!

Давайте же мыться, плескаться,

Купаться, нырять, кувыркаться

В ушате, в корыте, в лохани,

В реке, в ручейке, в океане, —

И в ванне, и в бане,

Всегда и везде —

Вечная слава воде!