**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №8 города Шимановска»**

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ № 8 г.Шимановск

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Конева

01.01.2022

**Программа работы**

**кружка «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

**для детей 2 младшей группы**

**на 2022-2023 учебный год**

**Составитель:**

**Данилова Татьяна Викторовна**

**Программа кружка «Здоровый малыш»**

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка ………………………………………………….3

Тематический план кружка во второй младшей группе……………….5

Конспекты занятий кружка во второй младшей группе……………….6

Дополнительный материал к занятиям кружка «Здоровый малыш»….42

Консультация для родителей……………………………………………..42

Загадки по теме «Человек»……………………………………………….45

Стихи о теле человека, песенки, физкультминутки…………………….46

Правила гигиены и безопасности………………………………………...50

Сказки о частях тела человека……………………………………………51

Используемая литература………………………………………………....53

**Кружковая работа «Здоровый малыш»**

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка ………………………………………………….3

Тематический план кружка в средней группе……………….5

Конспекты занятий кружка в средней группе……………….6

Дополнительный материал к занятиям кружка «Здоровый малыш

Консультация для родителей……………………………………………..

Загадки по теме «Человек»……………………………………………….

Стихи о теле человека, песенки, физкультминутки

Правила гигиены и безопасности………………………………………...

Сказки о частях тела человека……………………………………………

Используемая литература………………………………………………....

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Маленький ребенок достоин того, чтобы его развитие протекало полноценно-. Для этого взрослому надо знать особенности раннего возраста, уметь создать благоприятные условия для уникального самораскрытия возможностей каждого малыша.

В младшем возрасте закладываются основы физического, умственного, нравственного развития ребёнка. Решить проблемы младшего возраста – значит обеспечить полноценное развитие детей в дошкольном и школьном возрасте. Для того, чтобы ребёнок рос и развивался, он должен быть здоровым. Здоровье - основа жизни и развития ребёнка. На занятиях дети о себе узнают не достаточно, поэтому я разработала рабочую программу кружка «Здоровый малыш».

**Цели:**

- формирование представлений о своём физическом «я» - строении и функции тела ребёнка;

- формирование навыков показывать и называть основные части тела, лица, понимать и различать сверстников, взрослых по половому признаку, что в дальнейшем поможет формированию осознанного отношения к своему здоровью у детей дошкольного возраста.

**Материалы программы помогут решить такие задачи:**

- развитие знаний о человеке через игровую деятельность (дидактические игры, сюжетно – ролевые).

- умение устанавливать связь между органами тела человека, их назначение;

- развитие коммуникативных способностей, правил гигиены и безопасности.

В занятия кружка входят: загадывание и разгадывание загадок, рассказывание стихов, беседы – рассуждения, рассказывание сказок и рассказов о частях тела и лица человека, знакомство с правилами гигиены и безопасности, упражнения для частей лица, дыхательная гимнастика, закаливающие комплексы для носа и других частей лица, подвижные игры, упражнения для предупреждения плоскостопия, игры – физкультминутки, сюжетно – ролевые игры.

Особенность занятий кружка заключается в том, что усвоение материала происходит незаметно для детей, в практической интересной деятельности, так как задействованными оказываются непроизвольное внимание и запоминание.

Полученные на занятиях кружка знания и умения устойчивы настолько, что дети применяют их в повседневной жизни, Поэтому их успехи на занятиях кружка определяются не только доступностью и занимательностью предлагаемого материала, но и эмоциональным отношением к занятиям кружка, заинтересованностью.

Конспекты занятий кружка в представленной программе позволят организовать и проводить работу с младшими дошкольниками по разделу программы дошкольного образования и воспитания «Здоровьесбережение».

**Тема кружка** «Здоровый малыш» также актуальна для родителей. В программе разработаны консультации на тему: «Организация ухода за детьми младшего возраста(туалет носа, умывание, полоскание рта и чистки зубов», «Влияние пальчиковой гимнастики на умственное развитие ребёнка».

Приложена картотека дополнительного материала к занятиям кружка «Здоровый малыш».

Программа кружка «Здоровый малыш» разработана на два года. Дети от 3 до 4 лет . Два занятия в месяц. 18 занятий на учебный год.

Занятия кружка рассчитаны на 15 минут во второй младшей группе. Занятия проводятся после сна

**Тематический план занятий кружка**

**«Здоровый малыш» (2-я младшая группа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Месяц | Тема |
| 1 | 2 | 3 |
| 1 | Сентябрь | «Я-человек» |
| 2 | Октябрь | «Кто – я?» |
| 3 | Ноябрь | «Мои ручки» |
| 4 | Декабрь | «Мои ноги, как беречь ноги». |
| 5 | Январь | «Мои уши, как беречь уши». |
| 6 | Февраль | «Мой рот и язычок, мои зубы». |
| 7 | Март | «Мой нос» |
| 8 | Апрель | «Мои глаза» |
| 9 | Май | «Изучаем свое тело» |

**Конспекты занятий кружка**

**«Здоровый малыш» (2-я младшая группа)**

**Занятия 1**

**Тема: Я – человек**

**Цели:**

- формировать представление о себе как о человеке («у меня есть тело», «тело нужно чтобы жить»; «я отличаюсь от животных». «из каких частей состоит моё тело?»;

- закреплять понятие «один – много»);

- воспитывать навыки культурного поведения.

Оборудование: картинки, где изображены один человек и много; 3 – 4 картинки с изображением действий людей , игрушка кошка, картонная кукла Ваня; набор игрушек.

Ход занятия

1. Я – человек!

*Дети садятся на коврик в кружок рядом с воспитателем.*

- Ребята, посмотрите друг на друга, улыбнитесь! И я вам улыбнусь: и Таня, и Ване, и Сережи.

- А как можно назвать Таню? Кто она? (*Человек*)

- А Ваня кто? Тоже – человек. И я человек, и Сережа тоже.

- Все вместе – мы люди!

- Когда один – называют «человек». Когда много – «люди»!

*Воспитатель показывает картинки, дети рассматривают и повторяют новые понятия.*

1. Мое тело.

- Ребята, на Земле живет очень много людей. Все они имеют свое тело и похожи друг на друга.

И у каждого из вас тоже есть свое тело. Вставайте, рассмотрим наше тело.

*Дети встают напротив зеркал.*

- Тело человека состоит из головы, туловища, двух верхних конечностей – это руки и двух нижних конечностей – это ноги.

*Дети повторяют названия частей тела и показывают руками.*

- посмотрите, мое тело похоже на Танино, на Ванино, мы все с вами похожи, потому что мы – люди!

- А теперь, ребята, покажите и назовите части тела у нашего Вани.

*Дети подходят, называют и показывают части тела: голова, туловище, руки, ноги.*

1. Приход кошечки. (Тело кошки.)

- Ребята, все люди похожи друг на друга и у нас одинаковое тело. А на животных мы похожи? У них есть тело, как у человека?

*Дети затрудняются в ответе.*

За дверью раздается мяуканье кошки. Воспитатель приносит кошку, дети здороваются, гладят ее, рассматривают.

- У кошки – лапы, а у человека – руки и ноги.

- Кошка ходит на четырех лапах, а человек на двух ногах.

- У кошки – хвост, а у человека – нет.

- Но у кошки есть голова, и у человека есть голова.

- У кошки – пушистая шерсть, а у человека – гладкая кожа.

- Человек разговаривает, а кошка – мяукает.

- Похожи мы на кошку или нет?

- Конечно, нет. Мы – люди, а кошка – животные. У кошечки свое тело, а у человека свое.

*Дети прощаются с кошкой.*

1. Игра «Где наши детки?»
2. Тело нужно, чтобы жить!

- Ребята, а зачем нам нужно тело? *(Ответы детей)*

- Наше тело действует, как чудесная машина, которая умеет смеяться, плакать, ходить, бегать, а также играть, любить, рисовать, кушать кашу.

- Посмотрите на эти картинки. Что делает мальчик? Что делает девочка?

- Давайте проверим, что умеет тело каждого из вас.

*Воспитатель предлагает детям набор предметов и игрушек для совершения с ними различных действий: машина на веревочке, мяч, большая пирамида, книга с картинками, бумага и карандаши и др.*

- Вот видите, ребята, как много умеет ваше тело.

1. Итог занятия.

- Как можно назвать Ваню? *(Человек.)*

- А когда нас много? *(Люди.)*

- Какие части тела вы уже знаете? *(Голова, туловище, руки, ноги.)*

- Зачем нам нужно тело? *(Ответы детей.)*

**Занятия 2**

**Тема: Кто я?**

**Цели:**

**-**учить детей различать свой пол, чем отличается мальчик от девочки; называть свои имя, фамилию;

**-** активизировать в речи детей знакомые слова: шорты, платье, рубашка, сарафан и другие;

**-** развивать мышление (сравнение);

**-** воспитывать культуру поведения, доброе отношение друг к другу.

**Оборудование:** куклы Ваня и Катя; картинки с одеждой, с изображением мужчины и женщины, мальчиков и девочек; бумажный набор одежды для кукол мальчика и девочки – кукол для дидактической игры «Одень куклу»; аудиозапись.

Ход занятия

1. У нас в гостях куклы Ваня и Катя.

*Воспитатель демонстрирует детям больших картонных кукол в соответствующей одежде.*

- Ребята, посмотрите, сегодня у нас опять в гостях наши друзья Ваня Катя. Поздороваемся с ними.

- Я вам уже рассказывала, что все люди различаются по полу: мальчики и девочки, мужчины и женщины, дедушки и бабушки. Посмотрите на наших гостей. Кто у нас Ваня – мальчик или девочка? А Катя кто?

- Да, ребята, Ваня – мальчик, а Катя – девочка. Чем же мальчик отличается от девочки? А наш Ваня от Кати?

- Мальчики и девочки различаются одеждой.

- Что носят мальчики? *(Шорты, рубашки, у них другая обувь.)*

- Что носят девочки? *(Платье, юбки, сарафаны, красивые кофточки, туфли на каблуках и др.)*

- Еще Ваня и Катя отличаются прической. Какие у Вани волосы? *(Короткие.)* А у Кати? *(Длинные косы с бантами.)*

- Еще девочки (или ваши мамы) носят серьги в ушах, бусы, брошки и др. А мальчики и папы не носят таких украшений.

- Когда ваша мама, стоя перед зеркалом, собирается на работу, что она делает со своим лицом? *(Красит губы, глаза, щеки.)* А папы этого никогда не делают.

*Воспитатель показывает картинку, где изображены мужчина и женщина.*

- Теперь встаньте сначала девочки, а потом – мальчики.

*Дети по очереди встают.*

1. Игра «Найди девочку» (мальчика)

- Я разложу перед вами картинки с изображением мальчиков и девочек. А вы должны по очереди сначала найти мальчиков и отдать картинки Ване, а потом – девочек и отдать картинки Кате.

1. Круг доброты.

Звучит спокойная музыка.

*Воспитатель предлагает детям встать в кружок, протянуть друг другу ладони и подарить «добро», обняться, погладить по головке, улыбнуться. Затем воспитатель проходит и каждого ребенка называет ласково по имени, одновременно гладя по голове.\*

- Вот видите, ребята, каждого из вас я назвала по имени. Я не говорила: мальчик или девочка, я называла только ваше имя.

С рождения каждого младенца родители дают имя и только его фамилию.

И сейчас мы с вами поиграем в игру, где будем учиться правильно называть свои имя и фамилию.

1. Сюжетная игра «Здравствуйте, ребята!».

Здравствуйте, ребята!

Вы, ребята, козлята? *(Дети отвечают: «Нет»).*

Здравствуйте, ребята!

Вы, ребята, котята? *(Нет.)*

Здравствуйте, ребята!

Вы. Ребята, поросята? *(Нет.)*

А кто вы?

Как вас зовут?

*Дети называют свои имя и фамилию. Воспитатель помогает.*

1. Дидактическая игра «Одень куклу».

*Примечание.*В коробке вырезные из картона или бумаги куклы – мальчик и девочка – и набор одежды для них.

*-* Наши куклы собрались на прогулку, но не знают, что одеть. Помогите им.

*Дети одевают кукол, обыгрывают ситуацию.*

**Занятие 3**

**Тема: Мои ручки**

**Цели:**

- рассказать о значении рук для человека (о пальцах и об их именах), учить упражнениям для развития пальчиков);

- обогащать словарный запас, активизировать в речи детей слова, обозначающие действие, развивать внимание;

- воспитывать доброжелательное отношение к друг другу и к окружающим, культуру поведения.

Оборудование: кукла, картинки с действиями детей, ленты, мяч, ложка, шапочки для пальцев.

Ход занятия

1. Встреча с куклой.

- Ребята, а вы слышите? Кто – то плачет.

*Воспитатель с детьми идут на звук, звучит грамзапись плача.*

*В игровой комнате на кровати сидит кукла.*

- Кто это? *(Наша кукла Катя.)*

- Что же с ней случилось? *(У нее сломалась ручка.)*

- Давайте скорее поможем Кате.

*Воспитатель вместе с детьми прикрепляет руку кукле.*

- Как можно Катю успокоить? *(Погладить по головке, обнять ее, сказать добрые слова, что она хорошая, красивая и т. д.)*

*Дети жалеют куклу и сажают ее рядом с собой на коврике.*

*Сами дети сидят на подушечках.*

1. Беседа о руках.

- Ребята, а теперь у Кати руки на месте? *(Да.)*

- У вас есть руки? Покажите. *(Дети вытягивают руки.)*

- Зачем нужны руки? *(Ответы детей.)*

- Теперь посмотрите на эти картинки. Что здесь делают дети с помощью рук? *(Мальчик рисует; девочки играют с мячом; малыш держит ложку и кушает; девочка одевает сапожки и др.)*

- Сейчас поиграем.

*Воспитатель подзывает двух детей и связывает им лентой руки. Затем предлагает детям выполнить определенные действия:*

- Сережа, принеси мяч.

- Алеша, дай ложку.

*Дети пытаются, но ничего не получается. Остальные дети смеются и помогают им.*

- Вот видите, ребята, для чего нужны руки, нам без них никак нельзя.

- Сколько у человек рук? *(Две руки.)*

- На каждой руке по 5 пальцев. Покажите свои пальчики.

- У человека очень хорошо развиты пальцы. Ведь с их помощью мы рисуем, и собираем из деталей конструктора дом, и застегиваем пуговицы, и умываем свое лицо.

- Посмотрите, пальцы у нас разные и имена у них разные.

*Воспитатель одевает шапочки разного цвета на каждый палец и объясняет:*

- большой палец;

- указательный;

- средний;

- безымянный;

- мизинец.

*Во время объяснения каждый пальчик, услышав свое имя, кланяется и здоровается с ребятами (выполняет эти действия учитель).*

1. Пальчиковая гимнастика.

- Чтобы наша голова и наш животик хорошо работали, мы должны делать зарядку для пальчиков. *(Рука сжата в кулак.)*

- Вставайте и повторяйте за мной:

Этот пальчик – дедушка *(поднимается большой палец).*

Этот пальчик – бабушка *(поднимается указательный).*

Этот пальчик –папочка *(средний).*

Этот пальчик – мамочка *(безымянный).*

Этот пальчик – я *(мизинец).*

- Теперь представьте, что вы помогаете маме на кухне готовить обед. Вспомним нашу любимую физкультминутку:

**Мы капусту рубим**

Мы капусту рубим

*(стучат ребрами ладоней по коленям).*

Мы капусту жмем

*(сжимают и разжимают пальцы).*

Мы капусту солим

*(имитируют движения).*

Мы капусту трем

*(сжимают одну руку в кулак и трут им по ладони другой).*

**Занятия 4**

**Тема: Мои ноги. Как беречь ноги?**

**Цели:**

- формировать представление детей о том, как беречь и ухаживать за своими ногами;

- учить упражнениям для предупреждения плоскостопия;

- учить составлять и повторять предложения по картинкам, соотносить действия со словами зарядки;

- развивать двигательную активность;

- воспитывать культуру поведения, доброе отношение к животным.

Оборудование: большая игрушка олененок; картинки с правилами; палки, теннисные мячики, «дорожки»; карточки с изображением предметов для дидактической игры «Что мы надеваем на ноги?».

Ход занятия

1. Приход олененка.

- Ребята, посмотрите, кто к нам пришел? *(Олененок.)*

- Поздоровайтесь с ним, погладьте его.

- Он принес загадку, послушайте:

Два одинаковых столба

Идут по дороге.

Мне никак без них нельзя,

Ведь это мои… *(ноги).*

- Покажите свои ноги. Сколько их у вас? *(Две.)*

- А у нашего олененка есть ноги? *(Да.)*

- Сколько их? *(Много.)*

- Ребята, а зачем вам нужны ноги? *(Бегать, прыгать, шагать и т.д.)*

- Как вы думаете, тяжело жить человеку без ног?

- Конечно, тяжело. Чтобы совершить какое – либо действие, нам всегда нужны ноги: гулять по улице, догнать мяч, принести игрушку и т.д.

- Давайте завяжем бантом Сереже ноги и попросим его что – ни будь принести.

- Получилось у Сережи? *(Нет.)*

- Вот видите, ребята, без ног человеку никак нельзя.

1. Зарядка для ног.

Еду, еду к бабе. Деду

*(выполняются прямой галоп)*

На лошадке в красной шапке.

По ровной дорожке

На одной ножке *(меняют ногу),*

В старом лапоточке

По рытвинам, по кочкам.

Все прямо и прямо,

А потом вдруг в ямку – бух!

*(Дети приседают.)*

1. Как беречь свои ноги.

- Вы любите свои ножки? Пожалейте их.

- Беречь и ухаживать за ними надо? *(Ответы детей.)*

- Посмотрите, какие картинки принес нам олененок. Они помогут вам узнать и запомнить **правила гигиены и безопасности для наших ног.**

- Вспомните, какие лекарства нужны для обработки раны на вашей ноге? *(Зеленка, йод.)*

- Чем прикроете от пыли, грязи рану? *(Вата, бинт.)*

1. Упражнения для предупреждения плоскостопия.

- Сейчас, ребята, мы с вами поиграем, будем закалять и оздоравливать наши ножки.

**Ходьба на носках.** Походим на носках несколько минут по группе.

**Ходьба по палке.**Ходим по палке, как канатоходцы.

*(Палки небольшого диаметра и длиною 50см.)*

**Мячик.** Перекатываем стопой теннисный мячик. *(То левой, то правой ногой, 2-3 минуты.)*

**Дорожки.**Ходим босиком по специальным дорожкам.

*(На одной пришиты карандаши, на второй – пробки от пластиковых бутылок, на третьей – квадратами вшитый горох.)*

1. Дидактическая игра «Что мы надеваем на ноги?»

*Воспитатель предлагает детям из всех карточек выбрать те, на которых изображены предметы обуви. Дети находят и называют.*

**Занятия 5**

**Тема: Мои уши. Как беречь уши?**

**Цели:**

- формировать представление об органах слуха – ушах, о значении ушей для человека;

- учить не только узнавать разные звуки, но и называть их (хрум – хлюп – бум);

- развивать координацию движений, умение ориентироваться в пространстве, тренировать слуховой анализатор.

Оборудование: аудиозаписи с разными звуками; рисунки о строении уха; картинки с изображением животных.

Ход занятия

1. Мои уши!

*Звучит аудиозапись с разными звуками: пение птиц, плач ребенка, лай собаки. Дети определяют и называют услышанные звуки.*

- Как же вы смогли узнать и назвать услышанные звуки? Какой наш орган помог в этом? *(Уши.)*

- Для улавливания и различения звуков у человека существует специальный орган – уши.

- Покажите свои уши. Сколько их человека? *(Два.)*

- На самом деле у человека много ушей: по два наружных (ушные раковины), по два средних уха, по два внутренних.

*Воспитатель показывает рисунок.*

- Уши постоянно воспринимают окружающие звуки. Закройте свои уши. Вы ничего не слышали? *(Нет.)*

- Теперь что слышите? *(Тиканье часов, лай собаки на улице, песни в музыкальном зале.)*

- Звуки и шумы бывают самые разные. Послушайте стихотворение, которое так и называется «Жил – был шум»:

Ел шум: хрум – хрум!

Ел суп: хлюп – хлюп.

Спал так: храп – храп!

Шел шум: бум – бум!

*Э. Мошковская*

- Еще звуки, которые мы постоянно слышим, бывают громкие или тихие. Поиграем в такую игру.

1. Сюжетная игра «Громко – тихо».

*Воспитатель называет имя любого ребенка сначала шепотом (дети повторяют), затем очень тихо (дети повторяют), дальше чуть громче (дети повторяют), громко и очень громко. Так повторяют несколько раз. Дети учатся различать звуки по громкости и упражняются в речевом дыхании.*

1. Для чего нам уши?

- Для чего же еще нам уши?

- Представьте такую ситуацию: вы сидите с мамой на скамейке и рассматриваете картинки в книге, а на вас хочет напасть злая собака. Она с лаем уже бежит к вам. Именно уши первые оповещают нас о приближающейся опасности.*(Показ рисунка.)*

- Если бы не уши, мы не смогли бы разговаривать. Ведь, чтобы научиться разговаривать, маленькие дети сначала долго слушают и запоминают, что и как говорят окружающие их люди. Я читаю вам сказки, стихотворения, потешки, вы слушаете, запоминаете, а потом сами уже рассказываете мне.

Слух животных отличается от слуха человека. Лучше всех слышат дельфины, ежи, собаки и другие животные. *(Показ картинок.)*

1. Подвижная игра «Ау! Ау!».

Ведущий с помощью считалки выбирает ребенка, который прячется. Спрятавшийся ребенок время от времени говорит: «Ау! Ау!». Другие дети ищут его. Воспитатель читает стихи:

Ау! Ау!

Отгадай, где я стою?

Ты попробуй поищи

И меня скорей найди.

Может, спрятался в шкафу?

Иль залез я за софу?

Может, под столом сижу?

Ты ищи, я подожду.

*Примечание*. После того как спрятавшегося ребенка находят, прячется тот, кто нашел этого ребенка. Игра повторяется 3 – 4 раза.

**Занятия 6**

**Тема: Мой рот и язычок. Мои зубки.**

**Цели:**

- формировать представление детей о том, что у каждого человека есть рот, для чего он нужен и как его беречь;

- активизировать в речи детей слова: рот, губы, язык, зубы;

- учить правильному звукопроизношению, различать и называть разные эмоции;

- воспитывать культурно – гигиенические навыки.

*Оборудование:* картонная кукла Ваня; нарисованный рот из бумаги и фланели; две картинки с изображением эмоций человека (веселый и грустный); рисунок с изображением языка человека; набор продуктов (хлеб, яблоко, кусковой сахар и др.); зубная щетка и паста; картинка с изображением неумытого мальчика.

Ход занятия

1. Мой ротик!

- Ребята, посмотрите на нашего Ваню. Что случилось с его лицом?

- Какой части не хватает? *(У него нет ротика.)*

- Давайте приставим его ротик на место. Сережа, иди помоги Ване.

- Теперь послушайте мою загадку:

В домике этом

Красные двери,

Рядом с дверями

Белые звери.

Любят зверюшки

Конфеты и плюшки.

- Что это *(Рот.)*

- У каждого человека есть рот – это губы, язык, зубы.

*Воспитатель показывает на картинке, а дети на себе.*

1. Мои губы.

- Покажите свои губы.

- Для чего они нужны?

- С помощью губ можно понять настроение человека. Посмотрите на эти картинки.

- Где весёлый человек? Почему вы так решили? (Его губы улыбаются, концы губ подняты вверх.)

- А это какой человек? (Грустный.)

- Да, ребята, его губы не улыбаются, а их концы опущены вниз.

- Покажите, как вы улыбаетесь. А когда грустите, как плачете – покажите.

- Сейчас я покажу упражнение, которое называется «Поцелуй». Вытяните губы вперёд, хоботком и представьте, что вы поцелуете маму.

(Дети выполняют упражнение.)

- Ещё губы человека помогают произносить разные звуки. Давайте подойдём к зеркалу и посмотрим, как будут меняться ваши губы.

Дети за воспитателем произносят разные звуки: А, У, О, Ы и другие. Воспитатель ещё раз обращает внимание на то, как двигаются и меняются губы.

1. Мой язык.

- Покажите свой язычок.

- Зачем нам нужен язык?

- С помощью языка мы можем разговаривать и даже петь.

- Давайте поиграем в такую игру. Я говорю слово, а вы должны правильно его повторить.

- Ещё, ребята, язычок помогает различать вкус нашей пищи: горькая, сладкая, солёная, кислая. А также её качества: холодная или горячая, твёрдая или мягкая.

4. Мои зубы.

- Теперь покажите свои зубки. Сколько их у человека? (Много.)

- Какие они, наши зубы?

(Дети рассматривают в зеркале.)

- Зубы у человека белые и твёрдые. Для чего они нужны? (Чтобы жевать пищу.)

- Да, ребята, зубы помогают измельчать любую пищу: и конфеты, и хлеб, и мясо.

- Ну а чтобы зубки не болели, надо их чистить зубной щёткой и зубной пастой два раза в день: утром и вечером.

5. Игра «Что вы съели?».

У детей закрыты глаза. Воспитатель кладёт им в рот кусочек какого – либо знакомого продукта. Прожевав предложенную пищу, дети отвечают на вопрос: «Что вы съели?».

1. Правила гигиены и безопасности.

- Ну а как беречь свой ротик и ухаживать за ним?

- Вам опять помогут мои картинки.

(Воспитатель показывает картинки и знакомит с правилами.)

* Нельзя брать в рот мелкие предметы (пуговицы, бусинки, и др.), потому что случайно можно проглотить пуговицу и сильно навредить своему телу.
* Нельзя брать в рот грязные пальцы и какие – либо предметы. Ведь с ними к нам в рот попадают микробы, и может заболеть живот.
* Нельзя кушать немытые фрукты и овощи, потому что может заболеть живот.
* После еды всегда надо мыть свой рот, ополаскивать.

(Воспитатель показывает картинку, где нарисован мальчик с грязным ртом.)

- Послушайте стихотворение:

Замарашка рот не мыл,

Месяц грязный он ходил!

Бедный ротик всё молчал,

Даже слова не сказал,

Помоги, малыш, быстрей,

Вымой ротик поскорей!

Т. Смирнова

**Занятия 7**

**Тема: Мой нос. Как беречь нос?**

**Цели:**

- формировать представление детей о том, что такое нос, как его беречь и как за ним ухаживать;

- учить дыхательной гимнастике;

- воспитывать культурно – гигиенические навыки.

*Оборудование:* картонные куклы Ваня и Катя; нарисованные части лица; картинки с правилами; одноразовые салфетки; фланелеграф.

Ход занятия

1. Мой носик!

*В гости к ребятам приходят картонные куклы Ваня и Катя, на их лицах нет носиков. Дети здороваются.*

- Ребята, посмотрите на Ваню и Катю. Что с ними случилось? *(У них нет носиков.)*

- Сережа, помоги куклам, найди их носики.

*В коробке лежат разные части лица, ребенок должен найти носики и приставить их на место. Одновременно можно закрепить остальные части лица.*

- Ваня и Катя говорят вам «спасибо».

- Отгадайте их загадку:

Вот гора, а у горы

Две глубокие норы.

В этих норах воздух бродит,

То заходит, то выходит.

*(Нос.)*

- Покажите свой носик. Сколько их у вас? *(Один.)*

- Зачем нам нужен нос?

- С помощью носа мы вдыхаем воздух, необходимый для нашей жизни. Специальные волоски задерживают пылинки и микробы. А еще наш носик помогает различать различные запахи. Понюхайте, чем пахнет?

*Воспитатель за ширмой разрезает апельсин.*

1. «Как найти дорожку».

- Ребята, а теперь послушайте сказку, в которой вы узнаете, как важен нос каждому из нас.

*Примечание.* Можно использовать настольный театр или театр на фланелеграфе.

*Чтение отрывка из рассказа В. Берестова «Как найти дорожку».*

Беседа о прочитанном.

- Как вы думаете, смогут ли по такому описанию ребята найти дом дедушки?

*Воспитатель еще раз обращает внимание детей на важность носа.*

1. Дыхательная гимнастика.
2. Как беречь свой нос?

- Ребята, а как вы думаете, беречь носик надо? А как? *(Ответы детей.)*

- Пожалейте свои носики.

- Ваня и Катя принесли нам в помощь картинки. Давайте посмотрим.

*Воспитатель показывает картинки и знакомит с правилами.*

Правила гигиены и безопасности

* Нельзя ковыряться пальцем в носу и тем более острым предметом. Можно повредить слизистую оболочку носа, и тогда пойдет кровь.
* Нельзя засовывать в нос посторонние предметы.
* Во время прогулки надо дышать носом, а не ртом. Через носик поступает теплый воздух, а через рот – холодный, что приводит к болезням.
* При насморке нельзя сильно сморкаться, а также втягивать слизь в себя. Это может привести к заболеванию среднего уха.
* Нельзя пользоваться чужим носовым платком. А если нет платка, то можно взять одноразовую салфетку, высморкать нос и выкинуть ее.

*Воспитатель раздает салфетки и предлагает высморкать свои носики.*

1. Итог занятия.

- О какой части лица мы сегодня говорили?

- Как надо беречь свой носик?

**Занятия 8**

**Тема: Мои глаза. Как беречь глаза?**

**Цели:**

- формировать представление детей о глазах человека, о том, как за ними ухаживать и беречь;

- вызывать положительные радостные эмоции;

- воспитывать культурно – гигиенические навыки, доброе отношение к окружающим.

*Оборудование:* небольшие картонные куклы – на каждого ребёнка; вырезанные из картона части лица; клей, кисти, разные игрушки, большой платок.

Ход занятия

1. Мои глаза!

Это очень интересно –

В барабан ли бьёт гроза?

Это, это же чудесно,

Что у всех, у всех детей

И у всех, у всех людей

На лице живут глаза!

Юнна Мориц

- Ребята, о чём это стихотворение? (О глазах)

- У вас есть глаза, покажите.

- Сколько глаз у человека? (Два.)

За дверью раздаётся стук.

- ой, ребята, кто стучится?

Воспитатель подходит к двери и выносит оттуда небольших картонных кукол – мальчиков и девочек (куклы без глаз).

- Что случилось с куклами? (У них нет глаз.)

- Помогите им, ребята. Они не видят ничего.

Дети подходят к столу. Каждый ребёнок ищет среди предложенных картинок с изображением частей лица картинку с изображением глаз. Затем каждый приклеивает глаза своей кукле. Воспитатель обращает внимание детей на то, что оба глаза должны быть одинакового цвета.

- Куклы говорят вам «спасибо». Ведь благодаря вам они увидели окружающий мир.

- Так зачем нужны глаза? (Чтобы видеть.)

1. Игра «Что ты видишь?».

Предложить детям закрыть глаза ладошками (сопровождая словами: «не видно», «темно»).

- Теперь откройте глаза. Что это? (Воспитатель показывает игрушку).

Дети радуются и называют игрушку.

1. Как беречь наши глазки.

- Как беречь свои глазки, вы знаете?

- И опять нам помогут наши любимые картинки.

Воспитатель показывает карточки и знакомит с правилами.

Правила гигиены и безопасности

* Осторожно обращаться с острыми предметами, чтобы не поранить глаза (карандаши, кисти, палочки от пирамидок, ложки и т. д.
* Нельзя сыпать в глаза песок и тереть их грязными руками.
* Нельзя близко смотреть телевизор.
* Летом, когда ярко светит солнце, нужно ходить в солнечных очках.
* Нельзя лёжа читать книгу.
* Каждое утро надо умывать глаза тёплой водой.
* Если заболели глазки, нужно срочно обратиться к врачу – окулисту.

1. Игра «Прятки с платком».

Большим платком накрывают ребёнка.

Воспитатель с кошкой в руках ходит по залу, ищет ребёнка

Я по залу хожу,

Вовы (Тани, Маши…) я не нахожу.

Где же Вова?

Где же Вова?

Где искать, куда пойти?

Помогите мне, ребятки,

Поскорей его найти!

Затем сдёргивает платок с ребёнка, удивляется, радуется, что нашла. Ребёнок гладит кошку.

Воспитатель ещё раз обращает внимание детей на значимость глаз в нашей жизни.

**Занятие 9**

**Тема: Изучаем своё тело**

**Цели:**

- закреплять представления детей о частях тела человека, о различиях между мальчиками и девочками;

- развивать слуховое внимание, координацию движений;

- Воспитывать бережное отношение к своему телу и здоровью.

*Оборудование и материал*: две картонные куклы и набор одежды для них; плакат «Человек»; материал для аппликации.

Ход занятия

1. Сюжетно – ролевая игра «Гости к нам пришли!»

*Стук в дверь, воспитатель заносит двух больших картонных кукол Ваню и Катю. Куклы без одежды, в одних трусиках.*

- Ребята, посмотрите, кто к нам в гости пришёл.

Дети называют имена кукол и здороваются с ними.

- Наши гости забыли, кто из них мальчик, кто – девочка. А ещё они перепутали всю одежду. Давайте им поможем разобраться.

*Воспитатель вызывает одного ребёнка, он показывает на Ваню, говорит, что это – мальчик, и подбирает ему соответствующую одежду. Другой ребёнок одевает Катю.*

- Так чем же отличается мальчик от девочки?

- Встаньте только девочки.

- А теперь встаньте мальчики.

- Молодцы, я приглашаю вас поиграть!

1. Малоподвижная игра «Повторяй за мной»

*Звучит негромко бодрая музыка.*

*Воспитатель предлагает детям выполнять команды.*

- Закройте глаза, откройте!

- Поднимите руки

- Помашите головой!

- Покажите нос!

- Возьмите себя за уши!

- Погладьте свои щёки!

- Покажите язык!

- Постучите зубами!

После игры воспитатель предлагает ещё раз повторить по плакату основные части тела человека (туловище, голова, ноги) и части лица (глаза, рот, нос и др.).

1. Аппликация «Я – человек!»

Воспитатель предлагает фигурки человека (на картинках изображены части: голова, руки, ноги). Дети должны собрать человека на листе бумаги и правильно приклеить все детали тела человека. Девочкам – силуэты девочек (туловище с платьицем), а мальчикам – силуэты мальчиков (шортах).