"Путешествие в Страну здоровья"

Цель: Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. закрепить знания детей в умывании, предметов туалета и их назначении;
2. вызвать интерес к выполнению культурно - гигиенических навыков, побудить детей к постоянному их соблюдению.
3. воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивыми, чистыми, аккуратными, уважительно относиться к своему телу.

Оборудование: Иллюстрированная книга К. Чуковского "Мойдодыр", музыкальная запись, воздушные шары с советами от Айболита, голубые ленточки для игры "Собери ручейки в речку".

Ход мероприятия:

Дети заходят под музыку и рассаживаются на стулья.

Ведущий:

Рано утром просыпайся, Всем на свете улыбайся, Ты зарядкой занимайся, Обливайся, вытирайся, Всегда правильно питайся, Аккуратно одевайся.

Ребята сегодня у нас необычное мероприятие, мы поговорим о нашем здоровье. (Раздается стук в дверь) Давайте посмотрим, кто к нам пришел?

Айболит: Здравствуйте ребята! Я очень рад, что попална ваш праздник. А теперь скорее (Айболит зовет к себе ребят.) Отвечайте мне! -Вы здоровенькие?

- Да! (Ребята показывают, какие они здоровенькие.) -Вы чистенькие?

-Да! (Ребята показывают, какие они чистенькие.)

-С Водой дружите?

-Да!

А вы меня узнали? (ответы детей) Вот спасибо, отгадали. Сказку вы мою узнали? Но я пришел сюда не один. Со мной пришли мои друзья.

Я сейчас загадаю вам загадку:

Я мокрая, зимой замерзаю, весной журчу, летом теку, а осенью капаю (вода) Не знаете?

А угадаете другую?

Если руки наши в ваксе,

Если на нос сели кляксы,

Кто тогда нам первый друг,

Снимет грязь с лица и рук?

Без чего не может мама

Ни готовить, ни стирать,

Без чего, мы скажем прямо,

Человеку умирать?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли –

Жить нельзя нам без ...(воды)

Под музыку входит Вода

Вода: Здравствуйте, зачем вы меня позвали? Я - Вода!

Ведущий: Мы сегодня отправляемся в Страну здоровья, а без тебя Вода и Айболита мы туда не попадем.

Ребята, вы знаете потешку про водичку, давайте вместе ее прочитаем, повторяйте вместесо мной.

Водичка, водичка! Умой мое личико, Чтобы глазки блестели, Чтобы щечки горели, Чтобы смеялся роток, Чтоб кусался зубок.

Вода: Молодцы, а еще я нужна, чтобы пить, мыть, поливать, готовить и стирать. Ребята я ничего не забыла? (Ответы ребят)

Ну тогда побежали в Страну здоровья (легкий бег на носках, с ускорением и замедлением).

Айболит: Вспомните, в какой сказке говорится о том, как все любят умываться, как она называется, и кто ее написал?

Ребята: «Мойдодыр», К. Чуковский.

Вода и Айболит:Правильно! Давайте вместе вспомним:

Рано утром на рассвете

Умываются мышата

И котята, и утята,

И жучки, и паучки.

Ведущий: - Купаться, умываться любят все животные и насекомые. Ребята, кто из вас видел, как они умываются? Как умывается кошка?

Ребята: - Лапками и язычком.

Ведущий: - Правильно, а как умывается собака? Ребята: - Тоже лапками и язычком.

Ведущий: - Правильно, а кто из вас знает, как умывается слон? Ребята:-Хоботом.

Ведущий: - Молодцы! Слон может делать своим хоботом себе душ. Хомячок умывается лапками. Попугайчик чистит свои перышки клювом.

Детям предлагается игра - имитация «Как животные, птицы, насекомые умываются» Вед: - Молодцы! Ребята, а человек умывается? Ребята: - Да.

Вед: А зачем человек умывается?

Ребята: - Чтобы быть чистым, красивым, аккуратным, хорошо пахнуть.

Вед: - Правильно! А ещё, чтобы не заболеть. У нас на теле скапливаются вредные микробы, мы их не видим. Поэтому, надо мыться, ухаживать за собой, даже если ты и не очень грязный. Человек моет всё тело, когда купается в ванне, под душем, а может отдельно вымыть руки, лицо, ноги. Все любят купаться: и люди, и животные, и насекомые.

Айболит и Вода: Ребята в Стране здоровья жители выполняют правила, которые вы должны знать и выполнять (Правила прикреплены к воздушным шарикам)

* 1. й совет. Умывайтесь по утрам и вечерам. Мойте руки, лицо, шею и уши.
  2. й совет. Мойте руки и ноги перед сном каждый день.
  3. й совет. Мойте руки после игры, прогулки и туалета.
  4. й совет. Мойте руки перед едой с мылом.
  5. й совет. Чаще принимайте душ и ванну.

Ведущий: Запомнили советы (опросить индивидуально)?

«Надо, надо умываться По утрам и вечерам, А нечистым трубочистам- Стыд и срам! Стыд и срам!»

Вод а: Всех зову я вас к воде, Есть она у нас везде — И в реке, и в океане,

В озере, ручье и ванне (раздает голубые ленточки). А сейчас поиграем в игру «Собери ручейки в речку».

(ловишка с ленточками)

Дети заправляют ленточку сзади в штанишки, а вода догоняет и собирает ленточки в полноводную речку (у кого вода ленточку вытащила тот садиться)

Айболит: Какую вы большую речку собрали! Ой, а что это по речке приплыло (показывает мыло и слушает ответы детей)?

**Ведущий**: Правильно, это мыло! Мыло и вода - настоящие друзья! А что нам для чистоты еще надо? Отгадайте ка загадки

Нас стене висит болтается,

всяк за него хватается (полотенце)

Намочи меня водой,

И потри чуть-чуть рукой.

Как начну гулять по шее,

Сразу ты похорошеешь (мыло)

Мы ею пользуемся часто,

Хоть она, как волк, зубаста.

Ей не хочется кусаться,

Ей бы зубки почесать (расческа)

И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет —

Всё как есть ему покажет, (зеркало)

Вместе с мылом и водой,

Я слежу за чистотой,

Пены для меня не жалко,

А зовут меня... (мочалка)

Я не море и не речка,

Я не озеро, не пруд,

Но как утро или вечер —

Люди все ко мне бегут, (ванна)

Дождик теплый и густой: Этот дождик не простой, Он без туч, без облаков, Целый день идти готов. (Душ)

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

Белая река

В пещеру затекла,

Чистит добела. (Зубная паста)

Ведущий:

«Да здравствует мыло душистое,

И полотенце пушистое,

И зубной порошок,

И густой гребешок!

Давайте же мыться, плескаться

В ушате, в корыте, в лохани,

В реке, в ручейке, в океане,

И в ванне, и в бане,

Всегда и везде – Вечная слава воде!»

А какие еще есть средства, чтобы избавиться от микробов (ответы детей, можно подсказать)?

-Это чистый воздух. Нужно чаще проветривать комнату и гулять на воздухе.

-Это физические упражнения, сейчас мы вместе с Айболитом и Водой выполним веселые упражнения:

Раз, два, три, четыре, пять,

Начал заинька скакать.

Прыгать, заинька горазд,

Он подпрыгнул десять раз.

Взялся зайка за бока,

Заплясал он гопака.

Прилетели утки.

Заиграли в дудки.

Ах, какая красота.

Заплясал он гопака.

Лапки вверх, лапки вниз.

На носочках подтянись.

Лапки ставим на бочок.

На носочках скок-скок-скок.

А затем в присядку,

А потом на пятку.

Вода и Айболит: Молодцы, мы вам дарим замечательные мыльные пузыри. Играйте, улыбайтесь и будьте здоровыми всегда! До свидания!

Ведущий: Мероприятие наше подошло к концу. Сегодня мы посетили Страну здоровья, вспомнили сказки К.Чуковского «Мойдодыр» и «Айболит» и вспомнили правила, чтобы быть здоровыми.