

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центра развития ребенка - «Детский сад № 209 «Росток»  
(МБДОУ ЦРР – «Детский сад №209 «Росток»)

**Проект: «Мойдодыр»**  
(вторая группа раннего возраста №5)

Составили: воспитатели  
Скворцова О. А.  
Горбацевич Е.С.

Барнаул 2021 г.

По методу: игровой, творческий;  
По содержанию: ребенок-семья-здоровье;  
По длительности: 1 месяца (декабрь 2021 г)

### **Участники проекта**

- Воспитатели.
- Дети второй группы раннего возраста (2-3 года)
- Родители воспитанников группы.

### **Образовательные области**

Физическое развитие, Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие, Художественно-эстетическое развитие, Речевое развитие.

### **Раздел**

- Воспитание культурно-гигиенических навыков
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

### **Идея проекта**

«Чистота – залог здоровья».

Развитие культурно-гигиенических навыков ребенка – первый шаг в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни.

### **Актуальность проекта**

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви продиктованы не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение со стороны окружающих и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, как правило, не будет одобрен окружающими людьми.

В соответствии с ФГОС ДО образовательная область «Физическое развитие» включает: становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

При этом детей взрослые приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

Прививая положительные привычки ребенку, мы помогаем сформировать черты характера. Усваивая, при помощи взрослого, определенные способы поведения ребенок привыкает поступать в соответствии с этими нормами задолго до того, как сможет осознать их. Так, например, навыки и привычки самообслуживания – основа для воспитания трудолюбия как черты характера. Воспитывая у ребенка привычку, поддерживать порядок в игровом уголке и в своих вещах, взрослый тем самым

закладывает основу для формирования таких черт характера, как аккуратность, опрятность, вежливость, отзывчивость. Привычки, приобретенные ребенком, сохраняются длительно и становятся, как гласит народная мудрость, второй натурой. Многие из них, складываясь в дошкольном возрасте, остаются на всю жизнь. «Посеешь привычку – пожнешь характер».

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач. Для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Широко используются, особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения. В младшем дошкольном возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество. Мы выбрали данную тему потому, что сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

### **Цель и задачи проекта.**

**Цель проекта:** формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста (2-3 года) в повседневной жизни в детском саду и в семье.

### **Задачи:**

#### **Образовательные области**

- **Социально-коммуникативное развитие:**

1. Закрепить умения самостоятельно мыть руки перед едой, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, опрятно есть, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой, полоскать рот по напоминанию взрослого.
2. Сформировать умения выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, не закончив прием пищи, говорить "спасибо".
3. Формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста.
4. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур;
5. Воспитывать у детей желание выглядеть чистыми, аккуратными и опрятными..
6. Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.

- **Художественно-эстетическое развитие:**

1. Развивать чувство ритма и музыкального слуха.
2. Воспитывать умение благодарить взрослого, сверстника за оказанную помощь;
3. Воспитание чувство прекрасного.

- **Познавательное развитие:**

1. Развивать наблюдательность, внимание.

- **Речевое развитие:**

1. Развивать умения слушать новые сказки и стихи, следить за развитием действия.
2. Развивать умения инсценировать и драматизировать небольшие отрывки из народных сказок и потешек.
3. Развитие умения читать наизусть потешки и небольшие авторские стихи.

• **Физическое развитие:**

1. Укреплять и сохранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий.

**Ожидаемые конечные результаты реализации проекта:**

**Дети:**

- ребёнок способен самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры и в детском саду и дома;
- самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания;
- имеет элементарные представления о необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни в детском саду и дома;
- умеет замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых;
- ребёнок с желанием и интересом принимает участие в играх, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков.

**Родители:**

- родители готовы и способны активно взаимодействовать с педагогами ДОО по вопросам воспитания культурно-гигиенических навыков;
- принимают активное, живое участие в жизни группы;
- проявляют личную заинтересованность в согласовании требований к воспитательному процессу; высказывают рекомендации, идеи по обеспечению эффективности воспитательного процесса;
- проявляют живой интерес к результатам достижений ребенка в освоении культурно-гигиенических навыков;
- осознают особенности организации образовательного процесса и их влияние на развитие компетенций ребёнка, его личностных качеств.

**Этапы проекта.**

Работа над проектом проводится в несколько этапов:

**1 этап. Подготовительный.**

Подбор методической, научно-популярной и художественной литературы, иллюстрированного материала по данной теме.

**2 этап. Основной.**

Реализация мероприятий по формированию культурно-гигиенических навыков.

**3 этап. Заключительный.** Диагностическое исследование сформированности культурно-гигиенических навыков у детей после реализации проекта.



Нужно сразу сделать что?  
Пуговицы застегнуть,  
А потом уже и в путь.  
Вы надели башмаки -  
Завяжите все шнурки!  
Чтоб в дороге не упасть  
Чтобы в лужу не попасть.

Лучше в зеркало смотрите!  
И тогда не упадёте,  
Ничего не разорвёте.

Можно использовать персонажи кукольного театра.

## **ЗАНЯТИЕ №2. «В ГОСТЯХ У ДОКТОРА АЙБОЛИТА»**

Воспитатель: Ребята, давайте с вами поиграем. Я придумала игру-шутку. Называется она «И я тоже». Если я буду говорить, что делаю что-то хорошее, вы добавляйте: «И я тоже»: если плохое — молчите, ничего не говорите, ладно? Запомнили. Начинаем. Только будьте внимательны!

Игра «И я тоже»

Я умею аккуратно ее есть.  
Я не слушаю старших.  
Я с ребятами дружу.  
Хорошо себя веду!  
Я на улице гуляю!  
Я ребят всех обижаю!

В случае если кто-нибудь ошибся и сказал: «И я тоже», воспитатель говорит: "Кто это там сказал «И я тоже»? Дайте-ка я посмотрю на детей, которые обижают своих товарищей!.. Что?.. Не обижаете, просто ошиблись? Это хорошо, надо быть дружными!».

Воспитатель: Ой, ребята, совсем забыла, заигралась с вами... Ведь к нам пришел гость. Подождите здесь, а я посмотрю, пришёл ли он к нам.

Воспитатель уходит за ширму и переодевается: Нет, лучше сами отгадайте, кто к вам пришел... Добрый - добрый, в белом халате, в очках... Догадались? Всех излечит, исцелит, добрый доктор... (Айболит). Правильно, а вот и он! (Появляется доктор Айболит.)

Айболит: Наконец-то, я к вам добрался. Трудно было идти: и ветер, и снег на пути. Где наши зверята больные? А вот они.

Воспитатель (Доктор Айболит) одевает детям шапочки с изображением животных: зайки, мишки, бегемота, волка и т.д.

Айболит обращается к ребёнку в шапочке с изображением зайки: Зайчонок, что у тебя болит? (Наклоняется к зайчику, слушает его трубкой) Вот оно что! Простудился зайка! Ну-ка зайка расскажи, как ты мог так простудиться.

Ребёнок рассказывает:

Зайку бросила хозяйка.

Под дождем остался зайка!

Со скамейки слезть не мог.

Весь до ниточки промок! (А.Барто)

Айболит: Ай-я-яй! Нехорошо бросать свои игрушки. Ложись-ка, зайнышка, в постель, поставим тебе градусник. А ребята тебе принесут и покажут картинки с изображением полезных продуктов, в них много витаминов, которые тебе помогут выздороветь и больше не заболеть.

Игра «Полезное – неполезное»

Айболит: Вот, ребята – молодцы: вы помогли выздороветь зайке.

Айболит: А у тебя, мишенька, что болит?

Ребёнок читает:

Уронили мишку на пол

Оторвали мишке лапу.

Всё равно его не брошу

Потому что он хороший. (А.Барто)

Айболит: Лапка? Мы ее сейчас перевяжем. А вот игрушки свои нельзя так обижать (открывает чемоданчик, а он пустой) Какой я забывчивый! Я забыл свои инструменты. Вижу у вас имеются предметы, необходимые мне для работы (подходит к столу, где размещены предметы, которые необходимы для работы врачу, повару, продавцу) . Выберите мне из всех предметов те, которые нужны мне для работы.

Игра «Кому что нужно»

Айболит: Молодцы! Теперь можно лечить мишеньку. Возьмем бинт и забинтуем ему лапку. Все, мишенька! Есть еще больные.

Айболит: Ой, бегемотики! Они схватились за животики, у бедных бегемотиков животики болят. И почему же у них животики могли заболеть? (ответы детей)

Айболит: Они плохо руки мыли. Ребята, давайте расскажем им, как надо руки мыть.

Надо, надо нам помыться!

шагаем

Где тут чистая водица?

разводят руками

Кран откроем – ш-ш-ш,

вращение кистями рук

Руки моем – ш-ш-ш,

имитируем мытьё рук

Щёчки, шейку мы потрём и водичкой обольём.

имитируем мытьё щёк, шейки

Буль – буль – буль – журчит водица,

надуваем щёки

Все ребята любят мыться.

Руки с мылом мы помыли,

имитируем мытьё рук

Нос и щёки не забыли.

показываем на щёки и нос

Не ленились вымыть уши

показываем уши

И вытерли всё посуше.

Вот так.

Айболит: Какие вы молодцы, научили бегемотиков мыть руки. Ребята, вы очень добрые и заботливые. А мне пора идти других деток и зверюшек лечить. До свидания, ребята! (собирается уходить, но вдруг что-то вспоминает)

Айболит: Какой же я забывчивый! Ведь я вам хотел сделать подарок, отдать вам свой чемоданчик. Вы рассмотрите всё и будете сами лечить. Надеюсь, он вам очень поможет. Вот теперь до свидания! (Отдает чемоданчик и уходит за ширму, снимает костюм и выходит)

Воспитатель: Ну, ребята, расскажите, что за гость к вам приходил? (ответы детей) И что доктор Айболит вас лечил? (ответы детей, обращает внимание на подарок). Вы доктору Айболиту спасибо сказали? Молодцы, какие вы хорошие!

### **ЗАНЯТИЕ №3. «ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»**

Воспитатель предлагает послушать отрывок из стихотворения

В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», последовательно демонстрируя иллюстрации:

Этот мальчик любит мыло и зубной порошок.  
Этот мальчик очень милый, поступает хорошо.  
Этот в грязь залез и рад, что грязна рубаха.  
Про такого говорят: «Он плохой. Неряха!».

Вопросы:

- Какой из мальчиков вам больше нравится?
- Почему вам понравился опрятный, аккуратный мальчик?
- А другой мальчик кому-нибудь понравился?
- Почему не понравился?
- Какие туалетные принадлежности нужны, чтобы смыть грязь и быть чистым?
- Что, кроме мыла и губки, необходимо для мытья?

Воспитатель предлагает показать, как дети моют руки и лицо (имитации движениями), а затем вспомнить, в каком стихотворении есть слова:

Давайте же мыться, купаться,  
Плескаться, нырять, кувыркаться  
В лохани, в корыте,  
В реке, в ручейке, в океане,  
И в ванне, и в бане.  
Всегда и везде  
Вечная слава воде!

Педагог предлагает выучить чистоговорку:

Мама Милу мыла мылом.

#### **ЗАНЯТИЕ № 4. «СОХРАНИМ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ»**

-Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. Кто хочет быть здоровым? А почему вы хотите быть здоровыми? В ваших силах не только сохранить свое здоровье, но и укрепить его. Об этом и мудрые пословицы говорят:

Есть ли большая беда, \_\_\_\_\_  
Чем болезни и нужда. \_\_\_\_\_  
Я здоровье берегу,  
Сам себе я помогу.

Давайте выучим наизусть вторую пословицу. (Заучивание).

Как вы понимаете, что такое здоровье? Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается. А сейчас поговорим о том, как мы можем сами себе помочь укрепить здоровье. Как вы считаете, что вы можете сами сделать для своего здоровья? Заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины.

#### **Пальчиковая гимнастика «Утречко»**

Утречко настало, солнышко встало. Эй, братец Федя, разбуди соседей! Вставай, большой! Вставай, указка! Вставай, середка! Вставай, сиротка! И крошка Митрошка! Привет, ладошка! Все проснулись, потянулись! Молодцы!

А теперь проверьте, стали ваши пальчики крепче, послушнее?

Вы знаете, ребята, сегодня к нам в группу заходил Мойдодыр. Он очень хотел вас увидеть. Так жалко, что Мойдодыр вас не дождался, ведь у него утром так много забот! Но он оставил вам вот этот мешочек.

#### **Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

Дети наощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться. Затем воспитатель читает загадки и предлагает найти ответ среди предметов, которые дети достали из чудесного мешочка.

### **Отгадывание загадок**

Ускользает, как живое, \_\_\_\_\_

Но не выпущу его я. \_\_\_\_\_

Белой пеной пенится, \_\_\_\_\_

Руки мыть не ленится. (Мыло) \_\_\_\_\_

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, у медведей. (Расческа) \_\_\_\_\_

Пластмассовая спинка, \_\_\_\_\_

Жесткая щетинка, \_\_\_\_\_

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка) \_\_\_\_\_

И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (Зеркало)

Вытираю я, стараюсь, \_\_\_\_\_

После ванной паренька. \_\_\_\_\_

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка. (Полотенце) \_\_\_\_\_

Хвостик из кости,

На спинке – щетинка.

Эта вещь поможет нам

Чистить брюки и кафтан. (Щетка) \_\_\_\_\_

А еще Мойдодыр оставил нам мультфильм. Сейчас мы его посмотрим. (Просмотр м\ф «Мойдодыр»). Беседа по содержанию м\ф). Почему Мойдодыр был сердит? Про каких своих солдат говорил Мойдодыр? Что обрадовало Мойдодыра? Какой эпизод вам больше всего понравился? Почему?

### **Физкультминутка "Веселая зарядка"**

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

Ой, а вот еще один подарок Мойдодыра. Интересный рисунок. Что на нем изображено? Зубы. Вот на этой картинке зубы белые, веселые. А здесь темные, грустные. Каково ваше мнение, что произошло с этими зубами? Белые зубы чистят, кормят полезной пищей, а за темными не ухаживают, не чистят, кормят пищей, которая разрушает зубы. Как вы думаете, какая пища разрушает зубы? Конфеты, торты, шоколад, леденцы, мороженое разрушают зубы. А какая пища полезна зубам? Овощи, фрукты, творог.

### **Дидактическая игра «Полезно – вредно»**

На большом листе бумаги (доске) изображены различные продукты питания (овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированный напиток в бутылке, рыба, мороженое, яйца, черный хлеб и т. п.). Дети обводят зеленым маркером то, что件лезно. Воспитатель объясняет почему нельзя есть чипсы и прочую вредную еду, почему сладости нужно есть умеренно.

Вспомните и назовите, какими полезными продуктами вас кормят в детском саду. (Дети перечисляют продукты из меню детского сада).

И на завтрак, и на обед, и на ужин вам дают хлеб. Особенно полезен ржаной хлеб. Сейчас мы будем дегустировать очень полезный ржаной хлеб. Дегустировать – значит пробовать. А человека, который пробует, называют – дегустатор. Повторите это слово и постарайтесь запомнить. (Дети пробуют хлеб).

Вот вы ребята говорили, что надо закаляться. А как это, что нужно делать? Послушайте стихотворение про закаливание:

Все, кто хочет быть здоров, Закаляйтесь вы со мной. Утром бег и душ бодрящий, Как для взрослых, настоящий. Чаше окна открывать, Свежим воздухом дышать. Руки мыть водой холодной. И тогда микроб голодный Вас вовек не одолеет.

А мы с вами как закаливаемся после дневного сна? Ходим босиком по коврику, смоченному соленой водой. Но закаляться нужно постепенно, разумно. Послушайте пословицы:

«Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно».

«Хочешь быть здоров – прояви волю и терпение».

Есть еще один очень простой способ закаливания, который можно делать каждый день. Это самомассаж. Послушайте это слово. Что такое «массаж»? Это поглаживание, растирание, надавливание. А первая часть слова «самомассаж» - «само», что обозначает? Что этот массаж человек делает себе сам.

### **Самомассаж**

-Лобик мыли? Щечки мыли? Ушки мыли? Ручки мыли? Все помыли? Чистые теперь! Открыть к здоровью дверь!

-Вы сегодня отлично занимались. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же чаще дарить друг другу улыбки.

-Доброго вам всем здоровья!

### **ЗАНЯТИЕ № 5. «УЧИМ КУКЛУ КАТЮ МЫТЬ РУКИ»**

*В дверь стучатся. Воспитатель открывает дверь. В гости пришла кукла Даша. У нее грязные руки. Она здороваётся с детьми и пытается с каждым ребенком поздороваться за руки.*

Воспитатель. Даша, посмотри какие у тебя грязные руки. Дети скажите, можно такими руками здороваться? (ответы детей)

Воспитатель. Скажите, что необходимо сделать Даше? (ответы детей - Помыть руки.)

Даша начинает плевать на ладошки и тереть их.

Воспитатель. Ребята скажите, разве можно так мыть руки?(ответы детей)

Воспитатель. А как надо мыть руки? Что помогает нам чисто умываться? (ответы детей – Вода, мыло)

Воспитатель. Посмотрите, я принесла для Дашы мыло. Понюхайте, какое оно? (душистое)

- Как называется коробочка, в которой лежит мыло? (мыльница)

- Давайте поможем Даше вымыть руки.

*Игровой момент: кто-то из детей моет кукле руки, при этом проговаривается алгоритм мытья рук: включить кран, намочить руки, намылить руки мылом, тщательно растереть мыло, смыть мыло водой, выключить кран.*

В процессе обыгрывания спросить у детей: - Почему нужно мыть руки с мылом?

Воспитатель. Что теперь должна сделать Даша?

(ответы детей – Вытереть руки полотенцем.)

Воспитатель. Вот я даю Даше полотенце, какое оно? (мягкое, пушистое, чистое)

Воспитатель. Поможем Даше вытереть руки.

Желающий ребенок вытирает кукле руки.

Воспитатель. Еще раз давайте напомним Даше, как нужно правильно мыть руки.

Д/упр «Мальчик моет руки»

Воспитатель. Теперь у Даши чистые руки и она хочет с вами поздороваться.

Кукла здороваются с детьми за руки.

Кукла Даша. Вы хотите поиграть со мной в игру.

П/и «У медведя во бору»

Воспитатель. Посмотрите, у Даши есть интересная коробочка.

**Д/и «Каждому свой домик»**

Нужно разложить принадлежности (мыло, полотенце, зубная щетка, зубная паста) по местам (мыльница, футляр для зубной щетки, стаканчик, крючок для полотенца)

Даша. Какие вы молодцы. Но мне пора домой. Вы меня научили правильно мыть руки и рассказали, почему их нужно мыть с мылом. Я хочу подарить книжку, которая поможет вам узнать «Почему нужно чистить зубы» До свидания.

Кукла детям дарит книжку

Воспитатель. Даша, я тебя провожу.

Воспитатель выносит куклу из группы.

Воспитатель. Молодцы! А теперь вы отдохнете, а после мы прочитаем книжку, которую подарила Даша.

## **ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ (ПРИЛОЖЕНИЕ №1)**

### **КОМУ ЧТО НУЖНО**

**Цель:** закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.

**Материал:** круг, поделенный на сектора, в каждом из них картинки с изображением предметов, необходимых для работы врачу, повару, продавцу, в середине круга стрелки, на них изображены врач, повар, продавец.

**Ход игры:** Воспитатель предлагает ребёнку найти предмет, необходимый для работы врачу (повару, продавцу).

### **РАЗЛОЖИ КАРТИНКИ ПО ПОРЯДКУ**

**Цель:** Систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

**Материал:** Картинки с изображением моментов распорядка дня.

**Ход игры:** Воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку.

Воспитатель подводит итог высказываниям детей.

Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.

Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.

Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его.

## **ОДЕНЕМ КУКЛУ НА ПРОГУЛКУ**

**Цель:** закреплять знания детей об одежде, формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде, **систематизировать представления детей о здоровье**, развивать у детей внимание, память, логическое мышление.

**Материал:** бумажная кукла с различной одеждой.

**Ход игры:** Воспитатель говорит, что кукла собирается на прогулку, но не знает, что ей одеть, сейчас зима и на улице очень холодно (различные ситуации).

Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор.

## **ВАЛЕОЛОГИЯ**

**Цель:** *познакомить* детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.

**Материал:** поля, разделённые на квадраты, в центре поля негативная и позитивная картинка, картинки с различными ситуациями.

**Ход игры:** 1-ый вариант детям раздаются поля, в центре поля изображена негативная или позитивная картинка. Детям предлагается поиграть в лото, показывая и сопровождая свои действия объяснениями – «что такое хорошо и что такое плохо»

**2-ой вариант.** Показ картинок можно сопровождать двигательной активностью детей. Например, на позитивные картинке дети реагируют прыжками, а при показе негативной картинке садятся на пол.

**3-ий вариант.** Воспитатель предлагает выбрать картинки, которые понравились им больше всего, и попросите объяснить, почему они сделали такой выбор. Или воспитатель предлагает выбрать картинки, которые не понравились им, и попросите объяснить, почему.

## **АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ**

**Цель:** систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

**Материал:** иллюстрации.

**Ход игры:** играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку – иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.

## **ТАНЯ ПРОСТУДИЛАСЬ**

**Цель:** способствовать формированию навыка пользования носовым платком, **закреплять** знание о том, что при чихании и кашле нужно прикрывать рот носовым платком, а если кто-то находится рядом, **отворачиваться**

**Материал:** носовой платок.

**Ход игры:** воспитатель спрашивает: зачем людям нужен носовой платок?

И затем предлагает детям различные ситуации, которые проигрываются вместе с малышами:

- Что нужно сделать, если ты хочешь чихнуть? И т.д.

## **СДЕЛАЕМ КУКЛАМ РАЗНЫЕ ПРИЧЕСКИ**

**Цель:** закреплять навыки ухода за волосами, уточнить названия - необходимых для этого предметов, формировать понятие «опрятный внешний вид»

**Материал:** куклы, расчёски, заколки.

**Ход игры:** воспитатель предлагает детям причесать кукол.

## **ВЫМОЕМ КУКЛУ**

**Цель:** закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

**Материал:** различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.

**Ход игры:** играют 2 человека. Сначала им предлагается из множества предметов выбрать те, которые «помогают» вымыть (умыть) куклу. А затем моют её. Выигрывает тот, кто правильно отберёт предметы личной гигиены и правильно последовательно вымоет (умоет) куклу.

## **ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ**

**Цель:** закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание, купание), формировать умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

**Ход игры:** Воспитатель просит детей при помощи мимики и жестов показать, как они умываются (одеваются, чистят зубы и т.д.), соблюдая последовательность выполнения данных навыков. Или воспитатель показывает при помощи мимики и жестов, что он делает, а дети отгадывают.

## **ПОДБЕРИ КАРТИНКИ**

**Цель:** уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни.

**Материал:** картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены.

**Ход игры:** воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами).

## **ИГРЫ ( ПРИЛОЖЕНИЕ №2)**

### **ИГРА "КУКЛА ИДЕТ НА ПРОГУЛКУ"**

**Цель:** формирование у ребенка представлений об одежде, умению выполнять предметно-игровые действия.

**Оборудование:** кукла.

**Ход игры:** взрослый говорит, что кукла собирается на прогулку: "Давай поможем кукле одеться, на улице холодно", предлагает ребенку достать из шкафчика одежду: шапку, куртку, ботиночки. Затем взрослый поочередно берет каждую вещь, показывает ее ребенку, медленно приговаривая:

Надеваем курточку, проденем руки в рукава,

Застегнем пуговицы. Вот, куртку надели!

Надеваем ботиночки на ножки,

Вот шнурки, я помогу тебе завязать

Вот, ботиночки надели на ножки

Надеваем шапку на голову.

Вот, так, шапку надели

Кукла собралась на прогулку, может идти гулять.

В целях закрепления у ребенка представлений об одежде, игра повторяется с другой куклой, ребенку предоставляется возможность действовать самостоятельно.

### **ИГРА "ВОДИЧКА, ВОДИЧКА!"**

**Цель:** воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания.

**Оборудование:** две куклы.

**Ход игры:** взрослый показывает детям двух кукол и говорит, что куклы хотят обедать, но у них грязные руки и лицо. Взрослый спрашивает: "Что надо сделать? - Надо вымыть куклам руки! Попросим водичку: Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазоньки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб кусался зубок, чтоб смеялся роток!" Показывает и рассказывает детям, как надо мыть куклам руки и лицо перед обедом. Далее предлагает детям вымыть свои руки и лицо, при этом взрослый повторяет потешку "Водичка, водичка!"

### **ИГРА "ВЫМОЙ РУКИ"**

**Цель:** учить ребенка мыть руки.

**Оборудование:** заяц резиновый.

**Ход занятия:** взрослый обращается к ребенку: "Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Заячик будет смотреть, как мы моем ручки". Взрослый ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры взрослый от имени зайчика хвалит ребенка.

### **ИГРА "СДЕЛАЕМ ЛОДОЧКИ"**

**Цель:** учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.

**Ход занятия:** взрослый обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий:

засучить рукава (взрослый произносит потешку:

"Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!");

открыть кран;

сложить ладони рук "лодочкой";

подставить руки под струю воды;

закрыть кран;

вытереть руки полотенцем.

Затем ребенку предлагают выполнить действия, подражая взрослому, который обращает внимание ребенка на положение рук.

### **ИГРА "МЫЛЬНЫЕ ПЕРЧАТКИ"**

**Цель:** учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны.

**Оборудование:** детское мыло, полотенце.

**Ход занятия:** взрослый подводит ребенка к умывальнику, стоит за его спиной, берет в руки мыло и показывает круговые движения рук при намыливании. Затем передает ребенку кусок мыла и просит его повторить движения намыливания.

Движения нужно делать до тех пор, пока не образуется белая пена. Обращает внимание ребенка на белые ручки, взрослый говорит: "Вот, какие у нас перчатки - белые!" Далее взрослый помогает ребенку смыть пену под струей воды, при этом произносит одну из потешек:

Например:

Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки,

Чистые ладошки, вот вам хлеб, да ложки!

В кране булькает вода. Очень даже здорово!

Моет рученьки сама Машенька Егорова

(взрослый называет имя ребенка).

Знаем, знаем да, да, да! Где тут прячется вода!

В конце игры взрослый хвалит ребенка, обращает внимание на его чистые руки. В случае необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.

### **ИГРА "УМЫВАЛОЧКА"**

**Цель:** учить ребенка умываться.

**Оборудование:** зеркало, полотенце.

**Ход занятия:** взрослый приводит ребенка (после сна) в ванную комнату, просит посмотреть на себя в зеркало, обращает его внимание на глазки, ротик, щечки и т.д.

Предлагает ребенку умываться вместе с ним, при этом показывает, как это нужно сделать. Взрослый произносит потешку:

Выходи, водица, мы пришли умыться!

Лейся на ладошку, по-нем-нож-ку...

Нет, не понемножку - посмелей,

Будем умываться веселей!

В конце умывания взрослый учит малыша вытирать лицо насухо полотенцем, просит посмотреть на себя в зеркало, говорит: "Аи, какой чистый ребенок, посмотри на себя в зеркало!"

### **ИГРА "ПОЧИСТИМ ЗУБКИ"**

**Цель:** учить ребенка чистить зубы.

**Оборудование:** две зубные щетки, стакан с водой, зеркало.

**Ход занятия:** взрослый просит ребенка посмотреть в зеркало и улыбнуться, при этом обращает его внимание на зубы. Затем говорит, чтобы зубы не болели, нужно их чистить. Взрослый достает две щетки: одну дает в руки ребенку, а другой показывает, как нужно проводить щеткой по зубам, при этом произносит потешку:

Ротик, ротик! Где ты ротик?

Зубки, зубки! Где вы зубки?

Щечка, щечка! Где ты щечка?

Будет чистенькая дочка!

В конце игры взрослый вместе с ребенком смотрят в зеркало и улыбаются, показывая чистые зубы. При необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.

### **ИГРА "НОСИКИ-КУРНОСИКИ"**

**Цель:** учить ребенка пользоваться индивидуальным носовым платком.

**Оборудование:** индивидуальные носовые платки.

**Ход занятия:** взрослый произносит потешку, демонстрируя каждое действие: Носовой платок в кармашке (достаёт платок из кармана), Будем нос им вытирать (показывает действие с платком), Чтобы носик, наш курносик, снова чистым был опять (убирает платок в карман). Взрослый просит каждого ребенка показать, как он умеет пользоваться носовым платком.

### **СТИХИ...(ПРИЛОЖЕНИЕ №3)**

Без воды умылся котик.  
Лапкой вымыл глазки, ротик.  
А вот мне нельзя так мыться –  
Мама может рассердиться...

*В. Науменко*

#### **В ВАННЕ**

Любо плавать Ване  
В белом море - в ванне.  
Только вот обидно -  
Берега не видно.  
Видимость пропала,  
Мыло в глаз попало...

*А. Шлыгин*

#### **ВЕСНУШКИ**

Веснушкам нету сноса,  
Не исчезают с носа.  
Я, не жалея мыла,  
Нос терпеливо мыла, -  
Зависело б от мыла,  
Веснушки я б отмыла.

*А. Шибеев*

#### **ВОДИЧКА**

Булькает водичка?  
Нечего бояться!  
Это наша внучка

Любит умываться,  
Чтоб блестели зубки,  
Чтоб смеялся ротик,  
Чтоб алели щечки,  
Не болел животик!

*Т. Каменев*

Вот когда я взрослым стану...  
Вот когда я взрослым стану  
И купаться захочу,  
Влезу сам  
В большую ванну,  
Оба крана  
Отверчу.

Сам потру живот и спинку,  
И веснушки на носу.  
Заверну себя  
В простынку  
И в кроватку отнесу!

*В. Приходько*

#### **ВОДА И МЫЛО**

- Грязнуля ты!  
На лбу твоём чернила! –  
Воскликнула Вода,  
Увидев Мыло.  
- Да, - Мыло говорит, -  
Я это знаю,  
Зато других от грязи  
Я спасаю!

*Р. Помбо*

В речке кончилась вода  
Ой, беда, беда, беда -  
В речке кончилась вода!  
Это из-за Вали:  
Валю - умывали!

*В. Шуржик*

\* \* \*

Под утренним небом  
Стояла ромашка.  
- Умыться мне где бы?  
Страдала бедняжка.  
А рядом порхал  
Голубой мотылек.  
Он плач услышал  
И ромашке помог.  
Высокую рядом  
Нашел он травинку,  
Согнул: с нее градом  
Скатились росинки.  
Росинка упали  
На нежный цветочек,  
Они умывали  
Листок, лепесточек,  
И в золотистой

Ее серединке,  
Стало так чисто!  
Спасибо, росинки !  
Рано утром звери встали,  
Зубки чистить побежали.  
Чистят зубки мишки  
Щеточкой из шишки.  
Белка в рыжей шубке  
Тоже чистит зубки.  
Серые мышата,  
Веселые ежата.  
Серый волк зубастый  
Чистят зубки пастой.  
Чистят поросенок  
И смешной лосенок.  
Чтобы зубки не болели,  
Как снежинки чтоб белели,  
Чистить вкусной пастой  
Надо зубки часто!  
Зайчики и белочки,  
Мальчики и девочки  
Утром две минутки  
Чистят себе зубки.  
Маленькие котики  
Открывают ротики  
Зубки выстроились в ряд,  
Щетку с пастой ждут опять!!!!!!!!!!

\*\*\*

Снует зубная щетка,  
Как по морю лодка,  
Как по речке пароход  
По зубам она идет,  
Вверх и вниз, туда-обратно.  
Счистим мы налет и пятна.  
Чтобы зубки не болели,  
Чтоб как зимний снег белели

• \* \* \*

Во дворе играл в песок,  
Рядом ямку рыл щенок.  
Дома нужно очень быстро  
Вымыть ручки чисто-чисто.

Хороша морковка с грядки!  
И сочна, и ароматна,  
Вымой прежде корнеплод,  
Чем отправить его в рот.

Часто врач спешит на помощь,  
Где едят немытым овощ,  
Там живот болит, озноб,  
А всему виной - микроб.

Он малюткой-невидимкой  
Ждет на ягодах в корзинке,  
Вдруг малыш в один присест  
Горсть немытых ягод съест?

Лето - время закаляться,  
Загорать, в реке купаться,  
Но в веселье развлечений  
Не забудь о гигиене!

### МОЙДОДЫР

Самый чистый, самый умный,  
Самый добрый Мойдодыр.  
Он твердит и днем, и ночью:  
«Три до дыр» да «Мой до дыр!»  
Моеет он мышат, лягушек,  
Моеет [маленьких детей](#) —  
Даже самых непослушных  
Умывает каждый день.

Автор Е. Силенок

### О ЗУБКАХ

Перестану зубки чистить,  
и пойду я в сад гулять.  
 Попрошу я папу, маму,  
на качельке покачать.

А с качели-карусели  
захочу в бассейн пойти,  
ох, как зубки заболели...  
мне пора к врачу идти...

Зубки врач мои посмотрит,  
плохо дело-то, дружок —  
бормашиною посверлит  
коренной уже зубок...

Ну а если ты не будешь,  
зубки чистить по утрам,  
боль зубную не забудешь,  
будешь ныть по вечерам...

Ребяткам мой совет такой,  
Чисти зубки, руки мой!!!  
О врачах тогда забудешь,  
и здоровеньким ты будешь.

Ав. Лидия Гржибовская

### **ЧУСОВИТИНА ОЛЬГА - "Я САМ ЧИЩУ ЗУБЫ"**

Я уже большой,  
Я сам  
Чищу зубы по утрам.

Чищу,  
Чищу,  
Не ленюсь,  
Кариеса не боюсь.

Чищу,  
Чищу,  
Улыбаюсь,  
Чищу,  
Чищу,  
Покривляюсь.

Чищу,  
Чтобы не болели,  
Чищу,  
Чтобы не темнели,  
И снаружи,  
И внутри,  
Мама, мама,  
Посмотри –  
Зубки чистые мои!

### **"ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ СОХРАНИТЬ"**

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться—  
На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты—  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:  
Разболеться получилось,  
Знай, к врачу тебе пора.  
Он поможет нам всегда!