

## Тема этой недели «Здоровый образ жизни»

*В понедельник 13.04.2020г.*

### 1. Ознакомление с предметным и социальным окружением

**Тема «Солнце, воздух и вода».** *Цель:* Ознакомить с правилами закаливания организма. Сохранение и укрепление здоровья. Дать представления об инфекционных болезнях.

План образовательной деятельности:

Дети, я сегодня получила электронное письмо, подойдите поближе и давайте его прочитаем. (Открывает ноутбук, появляется фотография кота Матроскина). Вы узнали его.



Кот Матроскин пишет: «В Простоквашино заболел Дядя Федор. У него болит горло и голова и поднялась температура. Пожалуйста, помогите нам! Мы с Шариком не знаем, что делать».

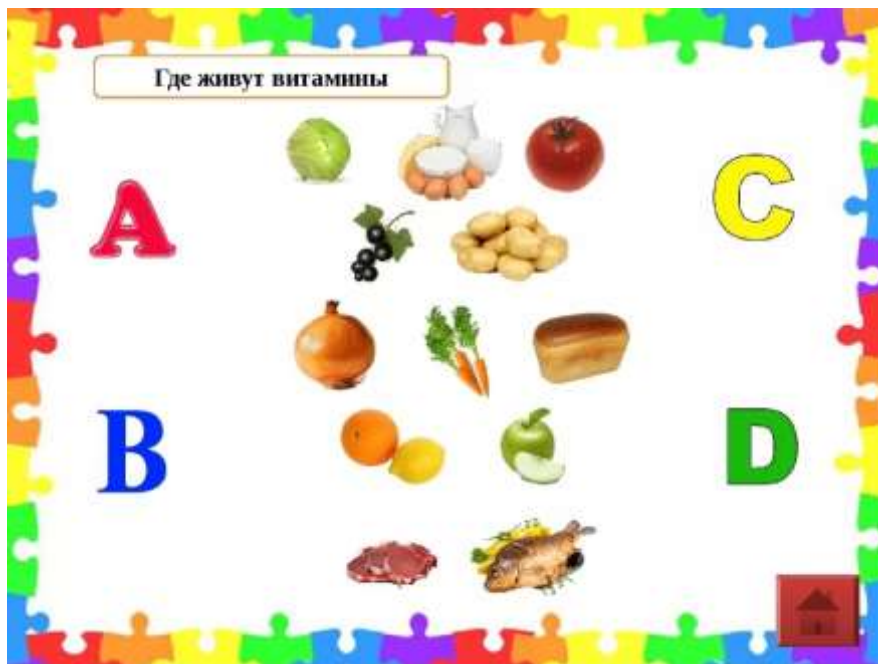
Спросить, что они понимают под словом «здоровье». Поговорить о том, что надо делать, чтобы не болеть (соблюдать режим дня, гулять на свежем воздухе, правильное питание, заниматься спортом, соблюдать гигиену), и что надо делать если заболел.

# АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ



Поиграть в игру «где спряталась витаминка»

	<b>А</b>	
	<b>В</b>	
	<b>С</b>	
	<b>Д</b>	



Игру «Совершенно верно!» (выбрать правильный ответ)

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,  
И тогда ты точно будешь очень строен и высок.
2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить  
Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.
3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:  
Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.
4. Нет полезнее продуктов — вкусных овощей и фруктов.  
И Сереже и Ирине всем полезны витамины.
5. Наша Маша булки ела и ужасно растолстела.  
Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти.
6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,  
Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

Далее поговорить о физических упражнениях. Они могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не заменит физические упражнения. Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения? (Укрепляют мышцы, закаливают организм, дарят нам бодрое, хорошее настроение, прогоняют усталость).  
А какие физические упражнения делаете вы? (Правильно утренняя гимнастика, подвижные игры, посещаете занятия каратэ, спортивную секцию, танцевальный кружок и т.д.)

Сделать физ.минутку.

Далее поговорить о гигиене. Для того чтобы быть здоровым нужно не только правильно питаться и заниматься спортом. Еще надо соблюдать правила личной гигиены. Какие правила гигиены вы соблюдаете? Для чего это нужно делать?

Одно из самых важных правил соблюдения личной гигиены, особенно когда кто-то болен правильно, использовать носовой платок. А вы знаете, как платок защищает наш организм от микробов? Давайте сделаем опыт.

*Опыт с носовым платком.*

Каждый ребенок берет со стола по салфетке и кладет ее на ладонь. Воспитатель брызжет

на салфетку водой. Салфетка впитала воду, и рука осталась сухая.

Дети убирают салфетку с руки и воспитатель снова брызжет. Рука намокла. Капли воды - это микробы, а салфетка - носовой платок.

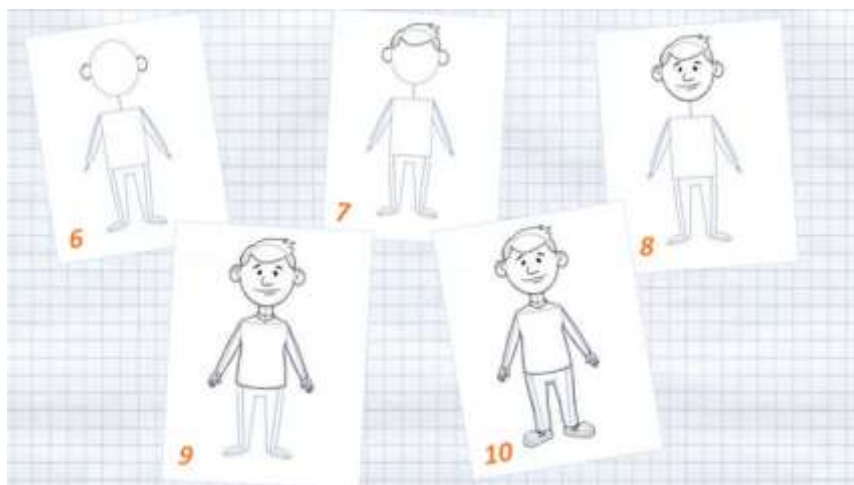
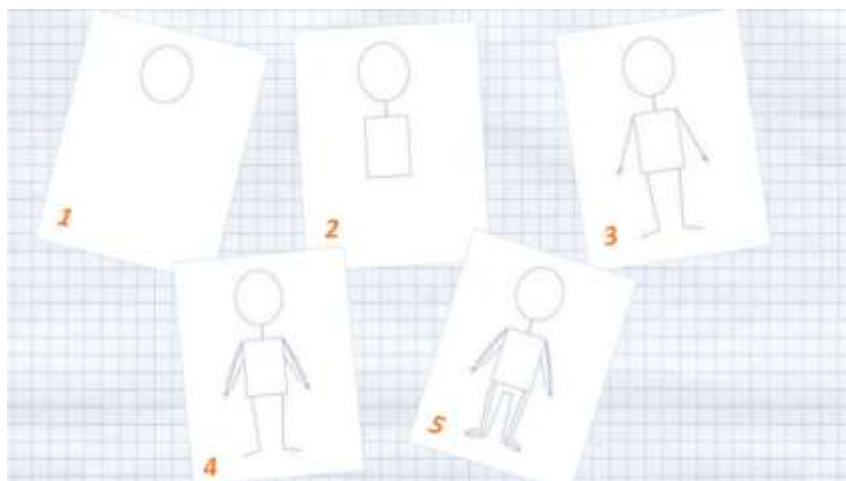
Вместе с детьми воспитатель делает вывод: «Для того чтобы сохранить и укрепить свое здоровье необходимо соблюдать правила личной гигиены: когда кашляешь или чихаешь - закрывай нос и рот платком, мой руки с мылом, ешь чистые и свежие продукты, не забывай чистить зубы и умываться, делай по утрам зарядку.

Мы узнали много интересного и полезного. Я думаю, что кот Матроскин и Шарик поняли, что надо делать, чтобы не болеть, и больше им не придется ходить в аптеку за таблетками.

## 2.Музыка

### 3.Рисование «Как мы играли в подвижную игру» (Учить рисовать человека в движении.) (краски, карандаши, мелки – выбор за ребенком)

Предложить детям вспомнить в какие подвижные игры они играли (охотники и утки, мышеловка, третий лишний, обезьянки, эстафеты и т.д.). Показать приемы рисования человека. Дети приступают к работе.



# Рисуем «Человека»

- 1. Схематично изобрази фигуру человека в движении.
- 2. Прорисуй объем рук, ног, волосы. Руки. Подумай, что будет держать в руке твой нарисованный человечек. (Флаг, шарик и т.д.)
- 3. Можешь раскрасить красками или карандашами, потом дорисовать лицо (глаза, брови, нос, рот).

