

**Конспект НОД по здоровому образу жизни
дошкольников II младшей группы
«Личная гигиена»**

Цель:

- развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.

1. Ребята, послушайте отрывок из стихотворения В.Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» (по ходу чтения демонстрируются иллюстрации):

Этот мальчик любит мыло и зубной порошок.

Этот мальчик очень милый, поступает хорошо.

Этот в грязь полез и рад, что грязна рубаха.

Про такого говорят: «Он плохой. Неряха!»

- Какой из мальчиков вам больше нравится?

- Почему вам понравился опрятный, аккуратный мальчик?

- А другой мальчик кому-нибудь понравился?

- Почему не понравился?

2. Чтобы человек выглядел чистым и аккуратным, ему необходимо соблюдать правила личной гигиены. А что же это такое?

Правила личной гигиены – это когда человек следит за чистотой своего лица, рук, тела, зубов.

- Какие туалетные принадлежности помогают человеку быть чистым?

Правильно, мыло, полотенце, мочалка, зубная паста и щетка.

Мыло

У меня есть забота,

Мыло ходит на работу.

Сашу мылит, отмывает,

Часто в гости приглашает.

Приглашенье принимай,

Мыльце ты не забывай.

Полотенце (загадка)

Махровое, душистое, мягкое, пушистое.

Любит воду промокать, где что влажно вытирать.

Придут ребята с прогулки – и к крану. Пустят воду, ладошку о ладошку чуть-чуть потрут без мыла и к полотенцу потянутся, грязь на нем и останется.

Ребята, расскажите, как правильно вымыть руки. (Ответы детей.)

Послушайте 8 правил, как вымыть руки:

1.Закатай рукава.

2.Намочи руки.

3. Возьми мыло и намыль руки до появления пены.
4. Потри не только ладони, но и тыльную их сторону.
5. Смой пену.
6. Проверь, хорошо ли вымыл руки.
7. Вытри руки
8. Проверь, сухо ли вытер руки – приложи тыльной стороной к щеке.

Мочалка

Вот раскинулась мочалка,

Ей спины твоей не жалко.

Пенит, мылит, отмывает,

Телу чистоты желает.

Ты с мочалкою дружи,

Где что грязно – ей скажи.

- Грязь на теле?

- Не беда!

Ототрет все без труда.

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

Давайте же мыться, купаться,

Плескаться, нырять, кувыряться

В лохани, в корыте,

В реке, в ручейке, в океане,

И в ванне, и бане.

Всегда и везде

Вечная слава воде!

3. Главный враг зубов - кариес. У него есть помощники – налет и черный камень. Ты почистил зубы, поел, через какое-то время поверхность зуба становится желтой и шершавой. Если вовремя не удалить налет щеткой и пастой, т. е., если ты не почистишь зубы. То придет черный камень и сделает зуб некрасивым и больным. А уж потом начинает действовать коварный кариес, который начинает разрушать зубик.

Кариес и его друзья боятся щетки и зубной пасты. Запомни, именно они лучшие друзья твоих зубов.

Ребята, скажите, как правильно ухаживать за зубами?

Правильно, чистить зубы надо утром и вечером, сгонять противный кариес с зубов. Чуть помедлишь, поленишься – и он тут как тут. А днем после приема пищи нужно прополоскать рот теплой водой. Зубная щетка – зубам верная подружка. Если только ею пользоваться умеючи. А то бывает, проведут ребята легонечко щеткой 2-3 раза по передним зубам кое-как и все, думают,

что справились, победили кариес. Да не тут-то было, он – кариес – только того и ждет, чтобы вы ленились да кое-как чистили зубы. Нет, пользы от такой чистки не будет никакой.