

Развивающее занятие с дошкольниками

«Уход за своим телом»

Цель занятия: уточнить и наглядно представить основные правила ежедневного ухода за различными частями тела, особое внимание обратить на правила ухода за телом в условиях радиационного загрязнения.

В. Сегодня мы поговорим о том, как важно ежедневно ухаживать за своим телом. Ведь еще в далеком прошлом люди начали понимать, что нужно поддерживать в чистоте свое тело, они не боялись воды, а наоборот – любили ее, но у них не было ни ванны, ни душа и поэтому им приходилось просто обливать себя водой или купаться в реках. Но со временем условия стали улучшаться, у людей появлялись бани, которые были для большинства людей большой роскошью. Поэтому в некоторых странах люди стали делать себе ванны из мрамора. В настоящее время в каждой квартире есть и ванна, и душ.

Ребята, а сколько раз в день вы принимаете душ?

Предположительные ответы детей: Два раза в день, один раз в день и т.д.

В. Каждый человек должен принимать душ два раза в день: утром и вечером.

Вспомните Дядю Степу, который любил принимать душ и закаляться:

Дядя Степа утром рано
Быстро вскакивал с дивана,
Окна настежь открывал,
Чистить зубы Дядя Степа
Никогда не забывал!

С. Михалков

Ребята, а какие предметы для поддержания личной гигиены находятся у вас в ванной комнате?

Дети. Мыло, шампунь, расческа, зубная паста, зубная щетка, мочалка и др.

В. Ребята, а вы знаете, что зубную щетку придумал еще первобытный человек. Это была обыкновенная палочка с разжеванным концом. Вот все изобретение. А в Древней Руси пускали в ход после еды «зубную метлу» — веник-палочку с пучком щетины на конце, или чистили зубы влажной тряпочкой с толченым мелом.

Ребята, отгадайте еще одну загадку:

Ношу их много лет,
А счету им не знаю
Не сеют, не сажают –
Сами вырастают.

Дети. Это волосы.

В. За волосами тоже нужен особый уход, их нужно регулярно мыть, подбирать правильно шампунь в соответствии с типом волос. Также нужно ежедневно расчесывать волосы и регулярно их подстригать.

А вот еще одна загадка о том, без чего наши волосы никак не обходятся:

Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолков
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком.

Дети. Это расческа!

В. Правильно. Многие из вас очень не любят причесываться, но это очень важно, чтобы быть здоровым и аккуратным. Дети, а знаете ли вы о том, что руки нужно мыть более двух раз в день. Их нужно мыть по мере их загрязнения. Если ты работал в земле – пропалывал, копал, рыхлил землю, то сначала щеточкой удали частицы грязи из-под ногтей, а затем тщательно вымой руки с мылом. Ведь за ногтями тоже нужен особый уход, их нужно вовремя подстригать и чистить. А как вы думаете, ребята, часто ли нужно мыть уши?

Дети. Да, уши нужно мыть также часто как лицо и шею.

В. Однажды Мойдодыр решил спросить у доктора нужно ли мыть ему уши:

Доктор, доктор,

Как мне быть?

Уши мыть?

Или не мыть?

Если мыть,

То как мне быть,

Часто мыть

Или пореже?

Отвечает доктор гневно:

Еже –

Еже –

Ежедневно!

А, вы, ребята, молодцы, умеете за собой ухаживать, и если бы Мойдодыр что-то у вас спросил, то вы бы обязательно дали ему нужный совет по уходу за собой.

Ребята, а теперь давайте с вами поиграем в игру «Продолжи фразу». Я буду говорить начало фразы, а вы будете ее заканчивать:

В. «Я принимаю душ...».

Дети. «Два раза в день».

В. «Я чищу зубы...».

Дети. «Утром и вечером».

В. «Я расчесываю волосы...».

Дети. «Ежедневно».

В. «После душа я вытираю тело...».

Дети. «Полотенцем».

В. «Первым делом по утрам я ...».

Дети. «Делаю зарядку и умываюсь».

В. «Ну как, ребята, понравилась Вам игра?»

Дети. Да!

В. В следующий раз мы поиграем в другую игру. Я думаю, ребята, вы еще раз убедились в том, как важно содержать своё тело в чистоте, ведь кто чист и аккуратен, тот людям приятен.