

Игровое занятие «Мои ручки. Как ухаживать за руками»

Образовательная область «Здоровье»
Формирование начальных представлений о
здоровом образе жизни.

ГДОУ «Детский сад №28» комбинированного
вида Красносельского района

Воспитатели I младших групп:

Кот Лариса Ивановна

Егарева Ирина Евгеньевна

Евланова

Нина

Александровна

Мои ручки. Как ухаживать за руками?

Цели:

— рассказать о значении рук для человека (о пальцах и об их именах), учить упражнениям для развития пальчиков

— обогащать словарный запас, активизировать в речи детей слова, обозначающие действия, развивать внимание, учить детей отвечать на вопросы воспитателя

— развивать координацию движений пальцев и кистей рук, быстроту реакции

— воспитывать доброжелательное отношение друг к другу и окружающим, чувство взаимопомощи, культурно-гигиенические навыки.

Оборудование:

кукла, картинки с действиями детей, ленты, мяч, ложка, шапочки для пальцев, погремушки для игры “Где погремушка?”, аудиозапись, мыло, полотенце, варежки, ножницы.

Методические приемы:

действия воспитателей и детей, объяснения, вопросы воспитателя и ответы детей, наглядный материал, рассказывание стихотворений, исследование в игре.

Предварительная работа:

разучивание стихотворений “Мы капусту режем”, “Где погремушка?” и соответственно им движений физкультминутки.

Ход:

1. Встреча с куклой

- Ребята, а вы слышите? Кто-то плачет. Давайте глазками поищем.

Зрительная гимнастика “Вращения глазами”

Посмотри глазами вверх и задержи взгляд. Теперь смотри вправо, затем вниз, а потом влево (по 1 секунде).



Воспитатель с детьми идет на звук (звучит запись плача, в игровом уголке на кровати сидит кукла).

- Кто это? (Наша кукла Катя)

- Что же с ней случилось? А, у Кати сломалась ручка, вот она и плачет. Давайте скорее, ребята, поможем Кате. (Воспитатель вместе с детками прикрепляет руку кукле).



- Ребята, а как можно Катю успокоить? *(Погладить ее, обнять, сказать добрые слова, что она хорошая, красивая, добрая и т. д.)*
- Чтобы ручка у Кати меньше болела, давайте подуем.
(Дыхательная гимнастика “Сильно-слабо”)



(Дети жалеют Катю, дуют, сажают ее рядом с собой на коврик)



2. Беседа о руках

- Ребята, а теперь у Кати руки на месте? *(Да)*
- У вас есть руки? Покажите свои ручки. *(Дети вытягивают руки)*



Физкультминутка

Ручками хлоп, хлоп,
Ножками топ-топ
Глазками миг, миг
Плечиками чик, чик



- А зачем нам нужны руки? *(Ответы детей)*
- Теперь посмотрите на эти картинки.
- Что делают дети с помощью рук? *(Мальчик рисует, девочка одевается, малыш держит ложку и кушает, дети играют с мячом и т. д.)*
- Давайте сейчас поиграем. Кто из вас самый смелый? *(Воспитатель подзывает двух детей и связывает им лентой руки. Затем предлагает поиграть в игру "Принеси то, что назову")*
- Сережа, принеси мяч.
- Андрюша, дай ложку.



(Дети пытаются, но ничего не получается)

- Вот видите, ребята, для чего нужны нам руки: чтобы брать, держать, хватать. И без рук никак нельзя.

Релаксационная гимнастика “Покачивание”

И. п.: стоя. Встать прямо, ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. Вообразить себя маятником, покачиваться из стороны в сторону. Можно слегка приподнимать пятку, но не отрывать ступню от пола. Туловище сохраняет прямое положение (вперед не наклоняться, ноги не сгибаются. Через 1 минуту закрыть глаза и продолжать покачивание с закрытыми глазами в течение 1 минуты).



- Сколько у человека рук? *(Две руки)*
- На каждой руке по 5 пальцев. Покажите свои пальчики. *(Дети показывают)*
- У человека очень хорошо развиты пальчики. Ведь с их помощью мы рисуем, собираем из деталей конструктора дом, застегиваем пуговицы, умываем свое лицо, рубить дрова.

Упражнение на осанку “Дровосек”



- Давайте рассмотрим наши пальчики. Пальчики все разные и имена у них разные. *(Воспитатель одевает шапочки разного цвета на каждый палец и объясняет).*



- большой палец
- указательный палец
- средний палец
- безымянный палец
- мизинец

(Во время объяснения каждый пальчик, услышав свое имя, кланяется и здоровается с ребятами).

- Чтобы наша голова и наш животик хорошо работали, мы должны делать зарядку для пальчиков.

3. Пальчиковая гимнастика “Семья” (русская народная потешка)

(Круговые движения на подушечке пальца с последующим загибанием)

- Встаньте, ребятки, и повторяйте за мной:

Этот пальчик большой – это папа дорогой.

Рядом с папой - наша мама.

Рядом с мамой – брат старшой.

Вслед за ним сестренка – милая девчонка.

И самый маленький крепыш – это славный наш малыш.



- А теперь представьте, что вы помогаете маме на кухне готовить обед.
Вспомним нашу знакомую **физкультминутку “Мы капусту рубим”**

Мы капусту рубим, рубим,
Мы морковку трем, трем,
Мы капусту солим, солим,
Мы капусту трем, трем.

- И еще поиграем с нашими ручками.

Игра-исследование “Определи состояние предмета”

Тяжелый или легкий
Холодный или горячий
Мягкий или твердый
Мокрый или сухой
Гладкий или шершавый

Игра-исследование “Где погремушка?” (музыкального характера)

- Ребята, а теперь давай те проверим, как наши пальчики умеют держать погремушку. *(Воспитатель раздает погремушки).*

- Сейчас я включу музыку. На громкую музыку детки будут греметь погремушкой, а на тихую – прятать ее за спину.

(Включив музыку, воспитатель вместе с детьми проговаривает знакомые строки)

Пальчики-малютки,
Вот вам прибаутки!
Ловкими растите,
Игрушечку держите.
Эй, держи, не роняй
В руки силу нагоняй



4. Как ухаживать за руками

- Надо несколько раз в день мыть руки с мылом *(после туалета, перед едой, по мере загрязнения)*
- Надо ухаживать за ногтями.
- Зимой надо носить варежки.
- Нельзя возиться в холодной, ледяной воде.
- Нельзя трогать горячий утюг.
- Нельзя брать в руки острые опасные предметы (иголки, ножницы, кнопки и др.)
- Если повреждена рука, надо ее обработать йодом или обратиться к врачу.

5. – Давайте, ребятки, еще поиграем.

Что же еще могут делать наши пальчики.

Игра “Чудесный мешочек”

У ребенка закрыты глаза. Малыш достает из мешка предмет и с помощью рук определяет, что он достал (*шарик, кубик, карандаш*).

- Вот какие наши пальчики. Они узнали, что в мешочке спряталось.
- И еще немножко поиграем с ручками.



Игра “А где наши ручки?”



- Молодцы, ребятки. Сколько много мы сегодня узнали о своих ручках, о том, как ухаживать за ними, как беречь их.

