

МДОБУ «Медведевский детский сад № 1 «Ягодка»

**Беседа по теме
«Чистота – залог здоровья»**

**Подготовила воспитатель:
Романова М.А**

**пгт.Медведево
2020 г.**

Уважаемые родители!!! Поговорите с вашим ребенком о правилах личной гигиены, о здоровье. И помните, что чистота залог здоровья.

Здоровье человека – это главная ценность жизни каждого из нас. Его нельзя купить ни за какие деньги и ценности. Здоровье перевешивает все остальные блага жизни. Если нет здоровья, нет счастья, нет настроения, поэтому очень важно вести здоровый образ жизни, соблюдать чистоту, правильно питаться, соблюдать режим дня и заниматься спортом.

Начало беседы:

Все собаки знают Ваню и рычат издали:

Он обходится без бани, он отвык от гребешка,

Никогда в его кармане носового нет платка.

Тротуар ему не нужен! Расстегнувши воротник,

По канавам и по лужам он шагает напрямик!

Он портфель нести не хочет – по земле его волочит.

Сполз ремень на левый бок, из штанины вырван клоч.

Мне, признаться, непонятно: что он делал? Где он был?

Как на лбу возникли пятна? Кто он этот ученик?

Как можно назвать этого ученика? (неряха, грязнуля)



Правильно. Что надо делать, чтобы не стать похожим на этого мальчика? (мыть руки, умываться, чистить зубы, стирать одежду и т.д.)



А сейчас я хочу вам предложить отгадать загадки. Если вы сможете угадать, о ком идёт речь в загадках, вы узнаете кто друзья у «Мойдодыра».

Ускользает как живое,
Но не выпущу его я,
Белой пеной пенится
Руки мыть не ленится. (*Мыло*)

Пластмассовая спинка,
На брюшке щетинка,
По частоколу попрыгала
Всю грязь повыгнала. (*Зубная щётка*)

Целых двадцать зубков для кудрей и хохолков.
И под каждым зубком лягут волосы рядком. (*Расческа*)

Лёг в карман и караулю
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос. (*Носовой платок*)

Там, где губка не осилит,
Не домочет, не домылит,
На себя я труд беру:
Пятки, локти с мылом тру,
И коленки оттираю,
Ничего не забываю. (*Мочалка*)

Говорит дорожка -
Два вышитых конца:
«Помойся хоть немножко,
Чернила смой с лица!
Иначе ты в полдня
Испачкаешь меня». (*Полотенце*)

И сияет, и блестит,
Никому оно не льстит,
А любому правду скажет,
Всё как есть ему покажет. (*Зеркало*)



А как можно назвать все эти слова одним словом?
(принадлежности личной гигиены)

Беседа по сказке о микробах

Жили – были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось.

Вот на столе кто – то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Ту как тут муха. А на её лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе – на тарелке, на ложках, на хлебе и думают: «Как хорошо, что на свете есть грязнули и мухи». И стало микробам раздолье. И на руки можно попасть, и в рот человеку. А там уж и до болезни рукой подать!

Тут прибежал мальчик Сережа с улицы, и схватил грязными руками кусочек хлеба со стола, и в рот! А на следующий день у него заболел живот и поднялась температура.

Почему заболел Сергей? Что он неправильно сделал?

Как ещё попадают микробы в организм человека?

(при чихании и кашле не прикрывает рот и нос, микробы разлетаются на 10 метров, пользуется чужими вещами, не моет овощи и фрукты, не закаляется, то есть организм ослаблен)

- Что помогает нам победить микробов? *(Вода)*
- Как вы думаете, повар (или мама) перед тем, как готовить пищу, моет руки? А врач перед операцией? А портной?
- Что нужно, чтобы как следует вымыть руки? *(Мыло, вода и чистое полотенце).*
- С водой надо дружить. Вода – это доктор.
- Вода и Мыло – настоящие друзья. Они помогают уничтожить микробы.

Полезные советы

Советы доктора Мыла.

- Сильно намочите руки
- Пользуйтесь мылом
- Намыливайте руки с обеих сторон
- Намыливайте руки между пальцев
- Смойте руки чистой водой
- Вытирайте руки насухо полотенцем

Советы доктора Воды.

- Мойте руки перед едой
- Раз в неделю мойтесь основательно, а душ принимайте каждый день
- Утром, после сна, мойте руки, лицо, шею, уши
- Каждый день чистите зубы перед сном
- Обязательно мойте руки после: уборки комнаты, туалета, игр, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте

Пожелания всех докторов.

*Мы желаем всем ребятам быть здоровыми всегда.
Но добиться результата невозможно без труда.
Постарайтесь не лениться – каждый раз перед едой,
Прежде чем за стол садиться, руки вымойте водой.
И зарядкой занимайтесь ежедневно по утрам.
И, конечно, закаляйтесь – это так поможет вам.
Свежим воздухом дышите по возможности всегда.
На прогулки в парк ходите, он вам силы даст, друзья!
Мы открыли вам секреты как здоровье сохранить.
Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!*

Список использованных источников

1. <https://infourok.ru/beseda>
2. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/>
3. <https://www.google.ru/search>