

УДК 373
ББК 74.104
347

Рецензенты:

д-р пед. наук, профессор *С.М. Каргапольцев*;
канд. пед. наук, доцент *Н.И. Усова*;
канд. биолог. наук, руководитель МППС ЦРР № 2333 Е.А. Каралашвили.

Зебзеева В.А.

347. Организация режимных процессов в ДОУ. — М.: ТЦ Сфера, 2008. — 80 с. — (Библиотека руководителя ДОУ).

ISBN 978-5-9949-0151-9

Методическое пособие предназначено для специалистов дошкольных образовательных учреждений. Основной целью пособия является оказание методической помощи воспитателям по организации и планированию режимных процессов в первую и вторую половину дня. Пособие включает вопросы для анализа режимных процессов, содержание работы воспитателя с детьми в разные отрезки времени в разных возрастных группах, алгоритм конспекта и конспекты режимных процессов в ДОУ, приложение.

Пособие адресовано специалистам дошкольных образовательных учреждений, а также всем интересующимся вопросами дошкольного образования.

УДК 373
ББК 74.104

Зебзеева Валентина Алексеевна

**ОРГАНИЗАЦИЯ
РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССОВ В ДОУ**

Редактор *С.В. Попова*

Художник *Е.В. Кустарова*

Корректоры: *Н.Б. Пурганская, Т.Э. Балоунова, Л.Б. Успенская*

Компьютерная верстка *С.Н. Гамзиной*

Оригинал-макет и диапозитивы текста
изготовлены в «ТЦ Сфера»

Гигиенический сертификат № 77.99.60.953.Д.013738.11.07 от 23.11.2007 г.

Подписано в печать 15.09.08. Формат 60 × 90^{1/16}.

Гарнитура Таймс. Усл. п. л. 5,0.

Доп. тираж 4000 экз. Заказ № 9908.

Издательство «ТЦ Сфера».

Москва, Сельскохозяйственная ул., 18, корп. 3.

Тел.: (495) 656-75-05

Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО ордена «Знак Почета»

«Смоленская областная типография им. В.И. Смирнова».

214000, г. Смоленск, проспект им. Ю. Гагарина, 2.

ISBN 978-5-9949-0151-9

© ООО «ТЦ Сфера», 2006

Предисловие

Реализация личностно-ориентированного подхода в педагогическом процессе предъявляет особые требования к специалистам ДОУ. Педагог и ребенок выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослый определяет содержание, задачи, способы их реализации, а ребенок творит себя и свою природу, свой мир. Воспитатель дошкольного образовательного учреждения создает необходимые условия для такого взаимодействия.

Одним из наиболее важных профессиональных умений является организация и планирование режимных процессов. Воспитатель должен последовательно, с учетом возрастных особенностей детей формировать культурно-гигиенические навыки, проводить закалывающие процедуры, организовывать самостоятельную деятельность детей, выбирать оптимальные формы и методы работы, стиль общения.

Использование игровых приемов в работе значительно повышает ее качество, однако именно выбор приемов представляет трудность, так как необходимо ориентироваться на личность ребенка, учитывать его интересы, возможности.

Цель пособия — оказание методической помощи воспитателям в группах детей раннего и дошкольного возраста по организации и планированию режимных процессов в первую и во вторую половину дня.

Пособие включает наблюдения, вопросы для анализа режимных процессов, содержание работы воспитателя с детьми в разные отрезки времени в разных возрастных группах, алгоритм конспекта режимных процессов, приложение.

Пособие адресовано специалистам дошкольных образовательных учреждений, а также всем, интересующимся вопросами дошкольного образования.

При организации сна учитываются следующие правила.

1. В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
2. Первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленным здоровьем, чтобы затем они первыми ложились в постель.
3. Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3—5 градусов.
4. Для быстрого засыпания детей используют элементы рефлексотерапии и аутогенной тренировки.

Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5—10 мин полежать, но не задерживать их в постели.

Организация питания детей

Важнейшим условием является соблюдение гигиенических требований. Столы необходимо промыть горячей водой с мылом. Младший воспитатель обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, удобно расставить столы в соответствии с ростом детей.

Учитывают и уровень самостоятельности детей. Сочетают работу дежурных и каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные.

Воспитатель усаживает детей за стол так, чтобы сначала сели часто болеющие и те, кто плохо и медленно ест. Важно, чтобы дети могли видеть друг друга. Выходить из-за стола нужно постепенно.

Если ребенок отказывается от пищи, не следует его заставлять. Гораздо важнее знать причины, побуждающие его так поступать.

В неблагоприятной обстановке раздражители тормозят деятельность коры головного мозга, а если ребенка принуждают принимать пищу, корковые торможения усиливаются. Поэтому за столом не следует торопить детей, кормить насильно или уговаривать. Это может привести к стойкой негативной реакции, которая станет привычной. Нужно создавать условия, при которых появится желание есть.

Для поддержания хорошего аппетита у детей следует уделять внимание оформлению, вкусу, аромату готовых блюд, а также сервировке стола. Все это должно вызывать у детей желание сесть за стол. Необходимо создать спокойную обстановку во время приема пищи, поиграть перед обедом в спокойные игры.

Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Дети 3—4-х лет испытывают потребность в личном контакте со взрослыми, подражают им в действиях. От того, как сложатся отношения ребенка с окружающими взрослыми, во многом зависит культура его взаимоотношений с более широким кругом людей. Исходя из этого предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

Прогулка

В режиме дня выделяется достаточное время для пребывания детей на свежем воздухе. Прогулка, как правило, включает: наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную игровую деятельность, индивидуальную работу по развитию физических качеств. Зимой рекомендуются прогулки при температуре не ниже -15°C (младший возраст) и не ниже -22°C (старший дошкольный возраст).

Чтобы дети не перегревались и не простужались, выход на прогулку следует организовывать подгруппами, а продолжительность регулировать индивидуально, в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями. Детей учат правильно одеваться, в определенной последовательности.

В зависимости от предыдущего занятия и погодных условий изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке. Так, если в холодное время дети находились на занятии, требующем больших умственных усилий, усидчивости, на прогулке необходимо вначале провести подвижные игры, пробежки, а затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то начинать надо с наблюдений, спокойных игр. Любая прогулка должна быть наполнена разнообразной содержательной деятельностью. Не следует сдерживать ребенка. Чередуйте движения и разнообразьте их.

Формирование культурно-гигиенических навыков

В режимных процессах у детей формируются навыки личной и общественной гигиены, правильного поведения в быту, в общественных местах, соблюдения общепринятых норм, этикета.

Т. Богина, Л. Ионова, Н. Терехова выделяют следующие виды культурно-гигиенических навыков.

Умывание: засучить рукава; намылить руки до образования пены; набрать в ладони нужное количество воды; вымыть лицо двумя руками; мыть руки до локтя с мылом; мыть шею и уши; обмыть руки; насухо вытереть руки; пользоваться личным полотенцем; не стряхивать воду с рук.

Чистка зубов: набирать зубной порошок на щетку; правильно чистить зубы щеткой; полоскать рот.

Причесывание: причесать волосы, если они растрепались; расчесать волосы и заплести косы; следить за аккуратностью головы.

Одевание: быть опрятным; вешать одежду на спинку стула и складывать на сиденье колготки; завязывать шнурки ботинок на бантики; завязывать и развязывать тесемки у зимней шапки; застегивать

сорной сферы ребенка, использованию приемов педагогической техники)? Особое внимание следует уделить доступности и объему информации, поскольку их превышение ведет к снижению интереса детей, а превышение объема информации — к утомлению.

4. Какие приемы были использованы педагогом для осмысления детьми предлагаемого учебного материала, насколько они были успешны?

5. Какие приемы воспитатель использовал для оценки деятельности детей, вызвал ли чувство удовлетворения, не принижалось ли личное достоинство детей?

6. Способствовало ли подведение итогов занятия повышению интереса детей к данному виду деятельности?

7. В заключение необходимо отметить, на развитие каких видов мышления делался упор на данном занятии, осознанно ли это делалось педагогом, как это отражалось в детской деятельности.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОГО СЛОВА

Умывание

* * *

Чище мойся, воды не бойся.

* * *

Таня, Машенька и Женька,
Мойте руки хорошенько.
Не жалейте мыла.
Я уж стол накрыла.

* * *

Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем,
Перед каждою едою,
После сна и перед сном.

* * *

Руки мой перед едой,
Грязные руки грозят бедой.

* * *

Теплою водою
Руки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму
И ладошки им потру.

* * *

Замарашка — Кирилл
Это где же ты ходил?
Мы на шее лук посадим,
Репу на ладошках,
На щеках картошку.

* * *

Теплая водичка
Умоет Тане личико,
Пальчики — Антошке,
Сашеньке — ладошки.

* * *

Что такое чистым быть?
Руки чаще с мылом мыть,
Грязь убрать из-под ногтей,
Да постричь их поскорей.
Умываюсь по утрам
И еще по вечерам.
Чисто вымою я уши —
Будут уши лучше слушать.
Отчего блестят глаза?
С мылом умывался я.
Мне еще нужна сноровка,
Чтобы зубы чистить ловко.
Дружат волосы с расческой,
Хороша моя прическа.

* * *

Ай, лады, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся.

* * *

Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы глазоньки блестели,
Чтобы щечки алели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

* * *

Чище умойся, воды не желей.
Будут ладошки снега белей.

* * *

Я сегодня утром рано
Умывался из-под крана.
Я и сам теперь умею
Вымыть личико и шею.

* * *

Кран, откройся,
Нос, умойся.
Мойтись, уши,
Мойся, шейка,
Шейка, мойся хорошенько!
Мойтись сразу, оба глаза.
Мойся, мойся, умывайся!
Грязь, смывайся! Грязь, сдавайся!

Одевание, причёсывание

* * *

Раз, два, три, четыре, пять —
Собираемся гулять.
Завязала Катеньке
Шарфик полосатенький.
Наденем на ножки
Валенки-сапожки
И пойдем скорей гулять,
Прыгать, бегать и скакать.

* * *

Нюша-копуша
Час жевала грушу,
Два — умывалась,
Три — вытиралась.
Нюша к завтраку пошла,
Нюша к ужину пришла.

* * *

Расти коса до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, коса, не путайся,
Маму, дочка, слушайся.

* * *

Что мы делаем расческой?
Тане делаем причёску.
Что мы делаем расческой?

Вите делаем причёску.
Витя в зеркало глядит:
Нет вихров — приятный вид.

* * *

Вот они сапожки:
Этот с правой ножки,
Этот с левой ножки.
Если дождик пойдёт,
Наденем калошки.
Этот с правой ножки,
Этот с левой ножки.

* * *

Завяжу потуже шарф,
Будем делать снежный шар.
Шар покачу,
Гулять хочу.

* * *

Мы не любим неопрятных,
Нерасчесанных ребят,
С ними даже поросята
Подружиться не хотят.

* * *

Хоть с тобой я ссорюсь часто,
Гребешок зубастый,
Здравствуй!
Без тебя нельзя сестричке
Заплести свои косички.
Без тебя пришлось бы брату
Целый день ходить лохматым.

* * *

Чешу, чешу волóсоньки,
Расчесываю косоньки!

* * *

Уж я косу заплету,
Уж я русу заплету,
Я плету, плету, плету,
Приговариваю:
«Ты расти, расти, коса —
Всему городу краса».

* * *

Кто у нас хороший?
Кто у нас пригожий?
Ванечка — хороший.
Ванечка — пригожий.

Еда

* * *

Вот и полдник подошел,
Сели дети все за стол.
Чтобы не было беды,
Вспомним правила еды:
Наши ноги не стучат,
Наши язычки молчат.
За обедом не сори,
Насорил — так убери.

* * *

А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не осталось и следа.

* * *

На моей тарелочке
Рыженькая белочка,
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.

* * *

Пей, дружок, томатный сок,
Будешь строен и высок.

* * *

Глубоко и мелко,
Корабли в тарелке,
Вот кораблик плывет,
Заплывает прямо в рот.

* * *

«Не хочу есть манную кашу!» —
Кричала девочка Маша.
«Правильно, — думала каша. —
Хорошая девочка Маша».

* * *

Посадим на ложку
Капустку, картошку — и спрячем!

Попробуй найди!
Не видно на ложке
Капустки, картошки.
И нет на тарелке — гляди!

* * *

Сидит в ложке,
Свесив ножки.
(Ланша.)

* * *

Бери ложку, бери хлеб,
И скорее за обед.

* * *

Час обеда подошел,
Сели деточки за стол.

* * *

Сначала он в поле большом колосится,
Потом в амбаре крестьянском хранится.
Затем он в пекарне печется
И мягким, душистым на стол подается.

* * *

Я красива, я кругла,
Меня бабушка пекла,
Маслом поливала,
Маком посыпала.

Сон

* * *

Спали-почивали,
Весело ли встали?

* * *

Тишина у пруда,
Не качается вода.
Не шумят камыши,
Засыпают малыши.

* * *

Потягушечки, потягушечки
Поперек толстушечки,
А в ручки хватушечки,
А в ножки ходушечки,
А в роток говорок,
А в головку разумок.

* * *

Ночь прошла,
Темноту увела.
Замолчал сверчок,
Запел петушок.
Встала маменька,
Открыла ставенку.
«Здравствуй, солнышко-колоколнышко!»

* * *

Ночь пришла,
Темноту привела.
Задремал петушок,
Запел сверчок.
Вышла маменька,
Закрывает ставенку.
«Засыпай, бай-бай!»

* * *

Вот проснулся петушок,
Встала курочка.
Подымайся, мой дружок,
Встань, мой Юрочка!

* * *

Я лягу на кровать
Перестану болтать.
Глазки закрываются,
Что начинается?
(Сон.)

* * *

Спят медведи и слоны,
Заяц спит и ежик.
Все вокруг спать должны,
Наши дети тоже.

* * *

Ах ты, душечка!
Ах ты, душечка!
Ах ты, белая
Моя подушечка.
На тебя ложусь щекой,
За тебя держусь рукой!

* * *

Наступает ночка,
Ты устала, дочка.
Ждет тебя кроватка,
Спи, дочурка, сладко.

КОНСПЕКТ РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССОВ В ПЕРВУЮ ПОЛОВИНУ ДНЯ

ПРИЕМ ДЕТЕЙ

1. Общение воспитателя с детьми: индивидуальные беседы, игры для общения и создания настроения у детей.
2. Организация самостоятельной деятельности детей: разные виды игр, труд в уголке природы, изобразительная деятельность.
3. Формирование культурно-гигиенических навыков: использование носового платка, контроль за внешним видом, аккуратностью прически.
4. Формирование культуры поведения: приветствие, вежливые взаимоотношения со сверстниками, взрослыми.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

Подготовка к утренней гимнастике.

ЗАВТРАК

1. Гигиенические процедуры. Привлечение внимания детей к гигиеническим процедурам, закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст), рассказ воспитателя о чистоте; самоконтроль детей; оценка деятельности.
2. Сервировка стола: беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов.
3. Привлечение внимания детей к пище; индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; правила этикета; оценка деятельности.

ЗАНЯТИЯ

Подготовка к занятию: уборка игрушек; переключение внимания на другой вид деятельности; оценка деятельности детей; организация после занятия.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке: создание интереса; игровые приемы; индивидуальные беседы; отбор игрового материала; мотивация деятельности детей на прогулке.
2. Одевание: последовательность, выход на прогулку.
3. Наблюдение на прогулке.
4. Подвижные игры: 2—3 игры большой подвижности; 2—3 игры малой и средней подвижности; игры на выбор детей.
5. Труд на участке: мотивация деятельности детей; определение объема работы; распределение обязанностей; подготовка оборудования; выполнение трудовых операций; уборка оборудования; оценка деятельности.

6. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.

7. Самостоятельная игровая деятельность: создание условий для развития сюжетно-ролевых игр; игры с природным материалом; другие виды деятельности; индивидуальная работа по изобразительности, развитию речи, театрализация в теплое время года; лепка снеговиков.

8. Возвращение с прогулки: игры; самоконтроль детей; контроль и оценка их деятельности; последовательность раздевания; свободная деятельность детей.

ОБЕД

1. Подготовка к обеду.

2. Гигиенические процедуры: привлечение внимания детей к гигиеническим процедурам; закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); рассказ воспитателя о чистоте; самоконтроль детей; оценка деятельности.

3. Сервировка стола: беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов.

4. Привлечение внимания детей к пище; индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; правила этикета; оценка деятельности.

5. Подготовка ко сну: гигиенические процедуры; создание условий для организации сна; укладывание спать.

КОНСПЕКТ РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССОВ ВО ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ ДНЯ

ПОДЪЕМ ДЕТЕЙ

1. Постепенный подъем, общение воспитателя с детьми.

2. Индивидуальная работа с детьми, создание условий для самостоятельной деятельности.

3. Корректирующая гимнастика: подготовка к корректирующей гимнастике, привлечение внимания детей.

4. Закаливающие мероприятия: закаливание, массаж.

5. Формирование культурно-гигиенических навыков: привлечение внимания детей к гигиеническим процедурам; гигиенические процедуры; закрепление правил мытья рук; рассказ воспитателя о чистоте; приемы самоконтроля; оценка деятельности детей; последовательность мытья рук; последовательность одевания; контроль за внешним видом, аккуратность прически.

6. Формирование культуры поведения; доброжелательные отношения со сверстниками, взрослыми.

Организация самостоятельной игровой деятельности

Общение с детьми, индивидуальная работа, игры.

ПОЛДНИК

1. Подготовка к полднику, сервировка стола; беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичности оформления столов.

2. Привлечение внимания детей к пище; индивидуальная работа по воспитанию навыков культуры еды; правила этикета; оценка деятельности детей; уборка столов.

ЗАНЯТИЯ

1. Подготовка к занятию, уборка игрушек; переключение внимания детей на другой вид деятельности, оценка деятельности детей.

2. Организация деятельности детей после занятия, свободная игровая деятельность.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке; создание интереса; игровые приемы; индивидуальные беседы; отбор игрового материала; мотивация деятельности детей.

2. Одевание, отработка последовательности одевания (игровые, словесные, наглядные, практические приемы).

3. Подвижные игры: 2—3 игры большой подвижности; 2—3 игры малой и средней подвижности; на выбор детей.

4. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств: самостоятельная игровая деятельность; создание условий для развития сюжетно-ролевых игр; игры с природным материалом; индивидуальная работа по изобразительности, развитию речи; театрализация в теплое время года; лепка снеговиков.

5. Возвращение с прогулки; игра; самоконтроль; контроль и оценка деятельности детей; последовательность раздевания; свободная деятельность детей.

УЖИН

1. Подготовка к ужину.

2. Гигиенические процедуры: привлечение внимания детей к гигиеническим процедурам; закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); рассказ воспитателя о чистоте; самоконтроль; оценка деятельности.

3. Сервировка стола: беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичности оформления столов.

4. Привлечение внимания детей к еде; индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; правила этикета; оценка деятельности.

Вечер

1. Организация самостоятельной деятельности детей, спокойных игр; индивидуальная работа с детьми; просмотр альбомов, иллюстраций.

Это просто волшебная пища! Мы вырастем большими и сильными. А кто мне напомнит, как правильно сидеть за столом?

Д е т и. Спинки прямые, локти на стол не кладем, друг другу не мешаем.

М а ш а. Чтобы лицо и руки после еды оставались чистыми, чем мы воспользуемся?

Д е т и. Салфеткой.

М а ш а. Правильно. Приятного аппетита!

ВЕЧЕР

Организация самостоятельной деятельности детей, спокойных игр.

* * *

М а ш а. Мне понравилось у вас в группе. Но пора идти домой. До завтра! До свиданья, дети!

Воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми по развитию речи. Организует спокойные игры. Предлагает рассмотреть альбомы, иллюстрации.

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Первая половина дня

ПРИЕМ ДЕТЕЙ

1. Общение воспитателя с детьми.
2. Организация самостоятельной деятельности детей.
3. Формирование культурно-гигиенических навыков.

* * *

В о с п и т а т е л ь. Здравствуйте, дети! Посмотрите, какая картинка стоит на мольберте. Что на ней изображено? У каждого человека есть дом, в котором живет его семья. Кто где живет? Сколько комнат в доме? Есть ли своя комната? Кто живет в многоэтажных домах? Где лежат у вас игрушки? По состоянию вещей в комнате можно многое узнать о хозяине квартиры. Если в комнате чисто, одежда и вещи лежат на своих местах, то в этом доме — прилежная, аккуратная хозяйка. Скажите, какая хозяйка этой комнаты? А кто у вас убирает комнату? Помогаете ли вы маме, бабушке убирать квартиру? Как вы это делаете? Какие предметы используются во время уборки? Послушайте загадку: два братца пошли на реку купаться. (Ведра.) А еще что нужно для уборки?

Дети отвечают.

Молодцы, очень хорошо, что вы помогаете родителям в уборке квартиры. А знаете, дети, выполняя трудную работу, можно петь песенку. Например, такую:

Как по комнате пойду,
С пола грязь всю подберу,
Пыль из всех углов достану,
И работать не устану.

Дети, скажите, что еще следует делать, чтобы в доме был порядок?

Д е т и. Разложить на свои места одежду, игрушки, книги.

В о с п и т а т е л ь. Так какой человек может называться аккуратным? Дети, приглядитесь, аккуратно ли в группе стоят игрушки?

Дети отвечают.

Дети, а вы знаете, что аккуратным может называться человек с красивой прической.

Предлагаю провести конкурс «Мисс Аккуратность». Первое конкурсное задание называется «Самая красивая прическа».

Дети приводят свои прически в порядок, а воспитатель оценивает прически, отмечая самые аккуратные и красивые звездочками.

А это задание нам прислал Мойдодыр. Помните, из какой сказки этот герой?

Послушайте сказку о зубной щетке и потом ответьте на вопросы.

«Жила-была Зубная Щетка в золотом футлярчике. Каждое утро она на свои красивые волосы накладывала густую зубную пасту. У этой Зубной Щетки было много друзей — это и мыло, и мочалка, и другие щетки. Она очень радовалась тому, что девочка всегда чистила зубы, а затем аккуратно укладывала щетку в золотой футлярчик».

Дети, кто знает, почему девочка так бережно обращалась с зубной щеткой?

Д е т и. Потому что щетка помогала ей чистить зубы!

В о с п и т а т е л ь. Скажите, пожалуйста, а для чего нужно чистить зубы?

Д е т и. Чтобы они были чистыми, здоровыми и не болели.

В о с п и т а т е л ь. Молодцы. Кто расскажет, как правильно чистить зубы?

Дети рассказывают.

Теперь у нас конкурс загадок.

Я буду загадывать, а вы отгадывать. За каждый правильный ответ получите звездочку. Дети, вы помните, что сначала надо выслушать загадку, а затем взять картинку-отгадку. Отвечать не выкрикивая.

Хвостик из кости

А на спинке щетинка. (Зубная щетка.)

Белые звери стоят у двери. (Зубы)

Тридцать два молотят,
Один переворачивает. (Язык и зубы.)

Дети, кто из вас знает загадки про мыло? Оля, загадывай!

Оля

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

За каждый правильный ответ ребенок получает звездочку.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

Воспитатель. Чтобы сильным быть и смелым, по утрам зарядку делай! Дети, вы любите делать утреннюю гимнастику? А как вы думаете, для чего ее надо делать?

Дети. Чтобы быть здоровым и сильным.

Дети вместе с воспитателем делают гимнастику.

ЗАВТРАК

1. Гигиенические процедуры.
2. Сервировка стола.
3. Завтрак.

* * *

Воспитатель. Дети, идите мыть руки. Кто у нас сегодня дежурный?

Дети. Сегодня дежурные Катя и Маша.

Воспитатель. Девочки, давайте вспомним, как нужно сервировать стол.

Дети. Салфетки ставятся в центр, бокалы, тарелки расставляются по количеству детей за столом. Столовые приборы раскладываются на индивидуальные салфетки.

Воспитатель. Теперь идите накрывать на стол.

А потом мы посмотрим и оценим работу дежурных. На самый красивый стол поставим вазочку с цветами. А на другие столы вазочки с веточками. Как красиво у нас в группе!

Дети садятся за столы.

Дети, сегодня у нас на завтрак манная каша, хлеб с маслом и какао. Приятного аппетита! Ешьте аккуратно, не торопитесь.

Дети. Спасибо!

Воспитатель

На моей тарелочке
Рыженькая белочка.
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Наблюдения на прогулке.
4. Подвижные игры.
5. Труд на участке.
6. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.
7. Самостоятельная игровая деятельность.
8. Возвращение с прогулки.

* * *

Дети играют до прогулки.

Воспитатель. Скажите, пожалуйста, кто знает, какие дела называются добрыми?

Дети. Помощь папе, маме, бабушке. Складывание игрушек.

Воспитатель. Молодцы, вы действительно знаете, какие дела называются добрыми.

Дети, а когда мы выходим на улицу и чистим снег, лепим снеговика, это разве не доброе дело?

Дети. Это доброе дело!

Воспитатель. Правильно, каждый человек должен делать добрые дела.

Вот и сейчас на улице мы будем делать доброе дело.

Дети собираются на прогулку.

Дети, посмотрите-ка, кто это?

Экоша. Я — Экоша, охраняю лес, помогаю лесным жителям, слежу за порядком. А вы знаете, какое сейчас время года? Отгадайте загадку:

Кто поляны белит белым
И на стенах пишет мелом,
Шьет пуховые перины,
Разукрасил все витрины.

Дети. Зима.

Экоша. Что же вы знаете про зиму, ребята?

Дети. Зимой холодно, идет снег, он покрывает всю землю, деревья, дома. На деревьях нет листьев, везде снег.

Экоша. А что зимой делают на участке?

Дети. Расчищают дорожки.

Экоша. Вот еще одна загадка:

Летит — молчит,

Лежит — молчит.

Когда умрет,

Тогда ревет.

Дети. Снег.

Экоша. Молодцы, ребята, хорошо отгадываете загадки. А хотите стать моими помощниками?

Чтобы попасть в мое лесное царство, вы должны назвать основные правила поведения в лесу.

Дети. Ветки не ломать, снег не есть.

Экоша. На чем вы хотите поехать в мое царство?

Дети. На ковре-самолете.

Экоша. Представьте, что мы уже летим. Ребята, вы сказали, что сейчас зима, а кто-нибудь знает стихотворение о зиме?

Дети рассказывают.

Вот мы и приехали. Смотрите, как вокруг красиво. Но что это? Кто-то здесь побывал, играть играл, а за собой не убрал.

Дети, помогите мне привести в порядок участок.

Воспитатель. Дети, видите, какой Экоша хороший, как он охраняет и бережет лес. Давайте ему поможем. У вас есть лопатки, так будем чистить дорожки.

Вместе с Экошей дети распределяют обязанности, подбирают оборудование, трудятся. После работы убирают оборудование.

Экоша (*оценивает деятельность детей*). Молодцы, ребята. Как мы дружно и ловко управились с работой. А теперь давайте поиграем.

Игра средней подвижности «Мышеловка». Дети делятся на две группы: мыши и мышеловка. Изображая мышеловку, дети берутся за руки, ходят по кругу, приговаривая:

Ах, как мыши надоели.

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловку,

Переловим всех сейчас.

Дети поднимают руки вверх. Мыши бегают по мышеловке. По сигналу воспитателя мышеловка захлопывается. Дети опускают руки и приседают.

Игра «Пробираемся через чашу». Надо перепрыгнуть полосу шириной 30—40 см.

Игра «Добеги и прыгни». По сигналу Экоши дети добегают до полосы и перепрыгивают через нее. Задание усложняется в игре «Кто прыгнет дальше».

Воспитатель. Дети, какие вы молодцы. Вы хорошо играли с Экошей.

Экоша. Ребята, мне так хочется иметь снежного друга. Давайте слепим снеговика, и он тоже будет охранять лес.

С чего начнем лепить снеговика?

Дети вместе с Экошей скатывают шары.

Воспитатель. Вот какой замечательный снеговик получился. Теперь Экоше в лесном царстве будет не скучно.

А нам пора возвращаться в детский сад.

Дети. До свиданья, Экоша!

Дети возвращаются с прогулки, раздеваются. Играют до обеда.

ОБЕД

1. Подготовка к обеду.

2. Гигиенические процедуры.

3. Сервировка стола.

4. Обед.

* * *

Воспитатель. Наши дежурные уже накрыли на стол. Проходите, дети. Помните, как надо вести себя за столом?

Дети. Нужно сесть на стульчик, пододвинуться к столу, есть аккуратно, не торопиться, доедать все.

Воспитатель. Дежурные, расскажите, пожалуйста, что сегодня на обед.

Дети. На первое гороховый суп, на второе каша, на третье компот.

Дети садятся за столы.

Воспитатель

А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот тарелка, вот еда,

Не осталось и следа.

После обеда дети говорят спасибо.

Вторая половина дня

ПОДЪЕМ ДЕТЕЙ

1. Постепенный подъем.
2. Индивидуальная работа с детьми.
3. Корректирующая гимнастика.
4. Закаливающие мероприятия.
5. Формирование культурно-гигиенических навыков.

* * *

Звенит колокольчик. Воспитатель тихо подходит к каждому ребенку и будит детей, ласково говоря:

Травка-муравка со сна поднялась,
Птица-синица за зерно взялась,
Зайка — за капусту, мыши — за кору, дети — за молоко.

Воспитатель (*подходит к ребенку, говорит*)

Котик серенький присел на печурочке
И тихонько запел песню Юрочке:
«Вот проснулся петушок, встала курочка,
Подымайся, мой дружок, встань, мой Юрочка».

Вставайте, дети, солнышко светит ярко-ярко, а вы еще в кровати.

Постепенно дети встают.

Вставайте, мои солнышки! Ну-ка, кто у нас еще спит? Есть такие? Поднимите ручки, а я посмотрю, кто лучше потягивается.

Проводится гимнастика.

Дети, чтобы быть бодрыми и смелыми, отправимся с вами погулять в лес. А в лесу речка. Но вы же смелые, перейдете через нее. А дальше тропинка. Куда она нас приведет. Завела она нас в болото. Но, посмотрите, здесь есть чьи-то следы. По ним-то мы и пойдем. Не оступитесь, дети. Дальше пойдем по камням. Вы ведь смелые и по ним тоже пройдете. Все прошли! Какие молодцы! Сильные и закаленные.

А сейчас одеваться. Обращайтесь друг к другу, если понадобится помощь.

Дети, посмотрите, у меня в руках микробик (игрушка). Он живет на грязных руках. А на ваших руках нет таких микробиков?

Д е т и. Мы руки моем, чтобы микробы к нам не проникали. А помогают нам наши друзья — мыло, вода, полотенце и щеточка.

Теплой водою
Руки чисто мою.

Кусочек мыла я возьму,
И ладошки им потру.

Дети моют руки, а волшебное зеркало отмечает, насколько тщательно они это делают.

Воспитатель. Молодцы!

Дети, вы знаете, откуда появилось слово «благодарю»? Оно состоит из двух частей: «благо» и «дарю». Благо по-старинному означает «хорошо», «добро». Когда мы благодарим человека за что-то, то желаем подарить ему добро за его отношение, хороший поступок. Вот что означает слово «благодарю».

Ребята, никогда не забывайте благодарить людей.

Воробья позвали кошки,
Обещали чай и крошки.
Он сказал: — Благодарю!
Я уже сегодня сыт.
Как на когти посмотрю,
Так теряю аппетит.

За что благодарит воробей кошек? Послушайте еще одно стихотворение.

Прислала мне тетя печенья,
Конфет, варезки, шарф
И горячий привет.
Вот варезки, шарф,
И конфеты с печеньем...
Где же привет?
Я ищу с нетерпением.
И с чем он?
С грибами? С капустой? С вареньем?
Наверное, мама привет этот прячет,
Чтобы остыл,
Наверное, очень горячий.

Дети, что же это такое — привет?

Правильно, это приветствие. Употребляется, когда вы здороваетесь с другом.

Ой, дети, вы слышите? Там кто-то мяукает. Кто же это?

Это же котенок. Какой он красивый, пушистый! Какие у него ушки, а какие глазки! Дети, только у него нет домика, нет друзей. Давайте ему поможем, построим домик.

Проводятся игры с крупным и мелким конструкторами.

ПОЛДНИК

1. Подготовка к полднику
2. Сервировка стола.
3. Полдник.

* * *

Воспитатель. Дети, вы молодцы. Теперь у нашего котенка есть домик, еда и хорошие, верные друзья, всегда готовые помочь.

Слышите? Котенок опять мяукает. Наверное, унюхал, как вкусно пахнет. Кажется, пора полдничать, только вот столы пусты. Кто сегодня будет накрывать?

Пока Ира и Саша будут сервировать столы, я скажу, что будет на полдник. Вкусный, сладкий сок, который прибавит вам силы, и печенье.

Посмотрите, как дежурные справились со своим заданием. Все аккуратно и красиво!

А теперь возьмем стульчики и сядем потихоньку и аккуратно. Правильно я говорю?

Дети. Мы забыли помыть руки после игры.

Дети умываются.

Воспитатель. Приятного аппетита! Будьте аккуратными и не забудьте убрать за собой, а то прибегут микробы.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Подвижные игры.
4. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.
5. Возвращение с прогулки.

* * *

Внезапный стук в дверь.

Воспитатель. Кто же к нам стучится? Да это Чебурашка! Но почему он запыхался? Что случилось?

Чебурашка. Здравствуйте, дети! Представляете, что случилось на улице? Деревья стали похожи на сосульки.

Воспитатель. Как же так? Почему Чебурашка испугался? Пойдемте, посмотрим.

Сначала надо переодеться, а помогут вам волшебные часы. Смотрите внимательно, что нужно сначала надеть. Правильно, сначала колготки, затем штаны, обувь, кофту, пальто, шапку и шарф. Вот Маша молодец, правильно оделась.

Выходят на улицу.

Чудесная погода! Деревья надели белые шубки и стали еще красивее.

Кто напомним правила *игры «Гуси-лебеди»*? Как выбрать водящего? Правильно, считалкой.

Дети

- Заяц белый,
- Куда бегал?
- В лес дубовый.
- Что там делал?
- Кору драл.
- Кто украл?
- Родион, выйди вон!

Воспитатель. Андрей у нас будет Волком, а мы все — гусями.

Дети

- Гуси-гуси!
- Га, га, га!
- Есть хотите?
- Да, да, да!
- Так летите!
- Нам нельзя.
- Серый волк под горой,
- Не пускает нас домой.

Воспитатель. Молодец Андрей — всех поймал. А теперь поиграем в другую игру — *«Воробышки и кот»*.

Я начерчу круг. Ваня будет Котом, будет ловить воробышек. Кто не успеет впрыгнуть в круг, того поймает Кот.

А умеете ли вы играть в *«Змейку»*? Проверим, какие вы змейки. Цепляйтесь все за Наташу. Она — голова змейки и поведет вас разными путями. Смотрите не запутайтесь.

А сейчас посмотрим, кто из вас самый меткий. Будем метать шишки и снежки. Встаньте на полоску, прицельтесь, замахнитесь и кидайте.

Воспитатель помогает, корректирует действия детей.

Молодцы, дети! Почти все попали в цель. А сейчас я предлагаю вам стать архитекторами. Снега вокруг много. Можно скатать шары для снеговика, можно вырезать лопаткой комки снега и укладывать их.

- Под руками снег не тает,
- Лепим мы за комом ком.
- Друг на друга их поставим,
- Станет снег снеговиком.

Молодцы, все прекрасно справились со своими постройками. Настоящие скульпторы и фантазеры!

Вот, ребята, вы слепили,
Поиграли, порезвились,
А теперь пора вам кушать,
Ждет вас очень вкусный ужин.
Ну теперь замкнитесь в цепи,
Мы поедем дружно вместе.

А машинистом будет Катя. Поехали!

Дети, мы приехали, а шкафчики у вас уже открыты. Почему же? Просто они хотят, чтобы в них повесили вещи. Посмотрите внимательно на волшебные часы. Что сначала надо снимать? Шарф, пальто, шапку, кофту, обувь, штаны и колготки. Молодцы! Вещи вешайте аккуратно. Ой! Посмотрите на свои варежки. Они мокрые, давайте их посушим. Обращайтесь друг к другу за помощью.

УЖИН

1. Подготовка к ужину.
2. Гигиенические процедуры.
3. Сервировка стола.
4. Ужин.

* * *

Дежурные моют руки раньше основной группы и сервируют столы.

Воспитатель. Расскажите, что вы делаете?

Дети. Сначала кладем салфетки. На них поставим тарелки.

Воспитатель. Сколько тарелок надо расставить?

Молодцы! Очень красиво получается.

Дети моют руки и садятся за столы.

Приятного аппетита, солнышки мои!

Не забудьте убрать за собой посуду.

ВЕЧЕР

Организация самостоятельной деятельности детей, спокойных игр.

* * *

Воспитатель. Дети, вас ждут игры и игрушки.

Дети выбирают игры по интересам. Воспитатель общается с детьми, вовлекает в игры.

Митя, кем ты хочешь стать? Врачом? Покажи, как ты будешь лечить. Можно я запишусь к тебе на прием? Думаю, из тебя получится отличный доктор.

А ты, Катя, кем будешь? Продавцом? Почему? Где ты будешь работать? Из тебя, Катя, выйдет хороший продавец, покупатели будут довольны.

Игра «Детское лото».

Дети играют, пока всех не разберут по домам.

Старшая группа

Первая половина дня

ПРИЕМ ДЕТЕЙ

1. Общение воспитателя с детьми.
2. Создание условий для организации самостоятельной деятельности детей.
3. Формирование культурно-гигиенических навыков.
4. Формирование культуры поведения.

* * *

Воспитатель. Дети, про какого человека можно сказать, что он вежливый?

Дети. Вежливый человек всегда благодарит за помощь, здоровается при встрече, говорит вежливые слова.

Воспитатель. Дети, а когда вас можно назвать вежливыми?

Дети. Я Танечке помогала расчесать волосы, и она поблагодарила меня, сказала «спасибо». Когда у Ромы не получалось застегнуть пуговицу на рубашке, он подошел к Саше и сказал: «Помоги, пожалуйста».

Воспитатель. Мы используем вежливые слова, когда приходим в детский сад и когда уходим домой, а также когда встречаемся с друзьями.

Добрые слова не лень

Повторять мне трижды в день.

Только выйду за ворота

Всем идущим на работу —

Кузнецу, ткачу, врачу:

«С добрым утром!» — я кричу.

«Добрый день!» — кричу я вслед

Всем идущим на обед.

«Добрый вечер!» — так встречаю

Всех домой спешащих к чаю.

А какие волшебные слова вы знаете еще?

Игра «Кто больше назовет волшебных слов?»

В группе тихо звучит мелодия телепередачи «В мире животных».

Воспитатель. Дети, вы узнали эту мелодию?

Дети. Она звучит в телепередаче «В мире животных».

Раздается стук в дверь. Появляется Лесовичок.

Воспитатель. Смотрите, кто к нам пришел в гости.

Лесовичок. Здравствуйтесь, дети! Я живу в лесу, и звери мои самые верные друзья и помощники. А каких животных вы знаете?

Дети отвечают.

Молодцы, дети! А вы знаете, почему животных из леса называют дикими?

Дети отвечают.

Как они заботятся о себе?

Дети отвечают.

Подумайте и отгадайте, кто это? Кто зимой спит в лесу в берлоге и во сне сосет лапу?

Дети. Медведь!

Лесовичок. Правильно. А вы знаете, чем интересно это животное? Почему так называется? Где зимует медведь? Какие сказки про медведя вы знаете?

Дети отвечают.

Я вижу, вы — настоящие друзья природы.

Дети, посмотрите, какие игры я вам принес. Выбирайте, кто в какую игру будет играть.

Проводятся игры: «Кто где живет», «Зоологическое лото».

Воспитатель. Лесовичок, пока дети играли, мы с Олей и Наташей подготовили оригинальные «лесные» прически. Так приятно смотреть на хорошо уложенные волосы. А теперь, пожалуйста, все проверьте и поправьте свои прически.

Что мы делаем расческой?

Тане делаем прическу.

Волос к волосу — коса,

Каждой девочке краса!

Что мы делаем расческой?

Вите делаем прическу.

Витя в зеркало глядит:

Нет вихров — приятный вид.

Детям предлагается полюбоваться на прически. Лесовичок оценивает аккуратность, эстетичность, схожесть с выбранным образом.

Лесовичок. Молодцы, дети, вы все старались. Теперь мы умытые, причесанные и нарядные. Можем приступить к утренней гимнастике.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

Лесовичок. Дети, когда про человека говорят, что он похож на медведя?

Дети отвечают.

Но на самом деле медведи ловкие и проворные животные.

Воспитатель. Вот мы и посмотрим, могут ли быть такими же ловкими наши дети. Чтобы сильным быть и смелым, по утрам зарядку делай! Дети, вы любите делать утреннюю гимнастику? А как вы думаете для чего ее нужно делать?

Дети. Чтобы быть здоровыми, сильными.

Проводится утренняя гимнастика. Лесовичок обращает внимание детей на повадки животных и просит выполнять соответствующие упражнения.

Лесовичок. Мой друг косолапый очень рад, что вы его узнали. А почему его еще называют Толпыжкой?

Дети. Потому что он громко топает.

Лесовичок. А почему он косолапый?

Дети. Он выворачивает пятки передних лап наружу.

Лесовичок. Покажите, как он ходит?

ЗАВТРАК

1. Гигиенические процедуры.

2. Сервировка стола.

3. Завтрак.

* * *

Лесовичок. Дети, про кого говорят: «Часто умывается, а с водой не знается»? Почему кошка так часто умывается?

Дети отвечают.

Так же поступают и многие животные хищники. Как вы думаете, почему?

Дети отвечают.

Нужно мыться непременно

Утром вечером и днем,

Перед каждою едою,

После сна и перед сном.

Воспитатель. А почему необходимо мыть руки перед завтраком?

Дети отвечают.

Лесовичок. Дети, у меня в лесу очень много друзей, но есть среди них самые любимые подружки — мои помощницы. Кто они вы сможете узнать, если отгадаете загадку:

Кто в дупле живет,

И орешки грызет,

На деревьях резвится,

Упасть не боится?

Дети. Белка.

Лесовичок. Белочка очень хорошая хозяйка. Как вы думаете, почему про нее можно так сказать? Что вы знаете еще про белочку? Есть ли у нее враги? Как она защищается от хищников?

Дети отвечают.

Воспитатель. А у нас есть настоящие хозяйки? Кто у нас сегодня дежурный? Напомните, как правильно сервируется стол.

Дети. Салфетки ставятся в центр стола. Бокалы, тарелки расставляются по количеству детей за столом. Столовые приборы раскладываются на индивидуальные салфетки.

Воспитатель. Теперь можно идти накрывать на стол. Потом мы посмотрим и оценим работу дежурных. На самый красивый стол поставим вазочку с цветами, а на другие столы — вазочки с веточками. Как красиво у нас в группе!

Дети садятся за столы.

Дети, у нас сегодня на завтрак рисовая молочная каша, хлеб с маслом и какао. Приятного аппетита, будьте аккуратны, не торопитесь.

Дети. Спасибо!

Лесовичок

На моей тарелочке
Рыженькая белочка,
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Наблюдение на прогулке.
4. Подвижные игры.
5. Труд на участке.
6. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.
7. Самостоятельная игровая деятельность.
8. Возвращение с прогулки.

* * *

Дети до прогулки играют в свободные игры.

Лесовичок. Дети, я приглашаю вас в сказочный лес. Посмотрите, вот мое дерево, мое сокровище! (Указывает на стоящее недалеко дерево.)

Воспитатель. Знаешь, Лесовичок, а мы с ребятами знаем это дерево. Как оно называется?

Дети. Рябина.

Воспитатель. Правильно, это рябина. Дерево, о котором в народе сложено много песен. Опишите, как она выглядит.

Дети. Это высокое дерево, с серовато-гладкой корой и тонкими гибкими ветвями, с красивыми листьями, на которых расположены мелкие зубчики.

Воспитатель. Вот видишь, Лесовичок, ребята уже знают это дерево. Давайте расскажем Лесовичку про рябину все что мы о ней знаем.

Дети. Когда осенью рябина созревает, ее ягоды очень горькие. После мороза ягодки становятся сладкими. Их клюют птички. Из плодов рябины можно приготовить компот, кисель, варенье.

Воспитатель. А еще из рябины делают мармелад, квас и уксус. А какой вкусный мед можно из нее получить. Издавна рябина была известна как лекарственное дерево, которое не раз спасало человеку жизнь. Поэтому в народе рябину звали волшебным деревом, которое защищает от бед и невзгод. И ты, Лесовичок, не ошибся, назвав ее сокровищем.

Скажите, ребята, а смогли бы вы отличить плоды и листья рябины от плодов и листьев других растений?

Дети. Да!

Воспитатель. А вот мы сейчас это проверим. Давайте поиграем в *игру «Что это за дерево»*. Я буду загадывать загадки, а вы будете показывать картинки с изображением листьев и плода этого дерева.

Весною зеленела,
Летом загорела,
Осенью надела
Красные кораллы. (Рябина.)

Синий мундир,
Желтая прокладка,
А в середине — складка. (Слива.)

Летом ягоды черны,
Летом ягоды вкусны,
Чик! — чирикнул воробей, —
Чем чернее, тем вкусней. (Смородина.)

Молодцы, ребята, вы можете отличить рябину от других деревьев.

Лесовичок. Знаете, ребята, раньше по рябине определяли какая будет зима. Считалось, если в лесу много рябины, то осень будет дождливой, а зима — холодной. В народе рябину называли волшебным деревом. Поэтому листья рябины клали в карман, делали рябиновое ожерелье на удачу. Рябина была символом благополучия.

Воспитатель. Лесовичок, мы с ребятами тебе очень благодарны за то, что ты пригласил нас посмотреть на свое сокровище. А теперь настало время поиграть.

Игра «Раз, два, три — к дереву беги!»

Лесовичок. Дети, догадайтесь, о ком эти стихи.

Хвост пушистый,
Мех золотистый,
В лесу живет,
А в деревне кур крадет.

Дети. Лиса!

Лесовичок

По угольям рыщет,
Кого съест ищет!

Дети. Волк.

Лесовичок. Почему волка и лису называют хищниками? В каких сказках они главные герои?

Дети отвечают.

Воспитатель. Да, ребята, не зря говорят, что волка ноги кормят. Он бегает по лесу, ищет еду. И еще волк санитар леса, он съедает больных и слабых животных.

Лесовичок. Дети, скажите, пожалуйста, кто знает, какие дела называются добрыми? Почему вы считаете, что это — добрые дела?

Дети. Когда мы убираем наш участок, это доброе дело.

Воспитатель. Каждый человек должен не только знать, но и делать добрые дела. Вот и сейчас мы будем делать доброе дело. Мы будем расчищать дорожки.

Вместе с Лесовичком дети определяют объем работы, распределяют обязанности, подбирают необходимое оборудование, чистят дорожки. После работы убирают оборудование.

Воспитатель оценивает деятельность детей.

Молодцы, ребята: как вы дружно и ловко управились с работой. А теперь давайте поиграем.

Игра средней подвижности «Мышеловка» (см. с. 42.).

Игра «Добеги и прыгни».

Надо перепрыгнуть овраг (условная полоса) шириной 30—40 см. По сигналу воспитателя дети добегают до полосы и перепрыгивают через нее. Задание усложняется в игре «Кто прыгнет дальше».

Лесовичок. Пора, друзья, мне пора возвращаться в свой лес.

Воспитатель. Спасибо тебе, Лесовичок!

Лесовичок. Я надеюсь, дети, вы теперь в лесу всегда будете вести себя воспитанно. И животные и лес оплатят человеку за добро добром.

Воспитатель. Будем, друзья, беречь все живое. Не обижайте ни кошку, ни муравья. Запомните, вы частицы природы. Заболеет лес или река, — что будет с нами?

Мы хотим, чтоб птицы пели,
Чтоб вокруг леса шумели,
Чтобы были голубыми небеса.
Чтобы речка серебрилась,
Чтобы бабочка резвилась,
И была на ягодках роса!

Лесовичок. До следующей встречи.

Дети возвращаются с прогулки. До обеда играют в свободные игры.

ОБЕД

1. Подготовка к обеду.
2. Гигиенические процедуры.
3. Сервировка стола.
4. Обед.

* * *

Воспитатель. Наши дежурные уже накрыли на стол. А кто знает как надо вести себя за столом? Какие правила соблюдать?

Дети. Нужно аккуратно садиться на стульчик, придвинуться к столу, кушать тоже надо аккуратно, не торопиться, доедать все.

Воспитатель. Дежурные, расскажите, а что у нас на обед.

Дети. Сегодня на обед: на первое — суп гороховый, на второе — каша и на третье — компот.

Дети садятся за столы.

Воспитатель

А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда,
Не осталось и следа.

После обеда благодарят воспитателя.

Вторая половина дня

ПОДЪЕМ ДЕТЕЙ

1. Постепенный подъем.
2. Индивидуальная работа с детьми.
3. Корректирующая гимнастика.
4. Закаливающие мероприятия.
5. Формирование культурно-гигиенических навыков.

* * *

Тихо играет музыка, потом громче. Воспитатель разговаривает с детьми, которые проснулись.

Воспитатель. Вы уже проснулись! А у меня для вас сюрприз. Сегодня к нам в гости пришел доктор Айболит.

Воспитатель отворачивается и надевает костюм.

Айболит. Всех излечит, исцелит добрый доктор Айболит! Здравствуйте, дети, вы меня узнали? Из какой я сказки? И кто же автор этой сказки? Правильно, молодцы. Вот все дети и проснулись. А вы знаете, для чего нужен сон? Как вы думаете, что еще поможет вам быть бодрыми?

Правильно, гимнастика. Вы хотите быть сильными и здоровыми? Так давайте выполним упражнения, они не простые, а волшебные. Они помогут вам набраться сил.

Айболит следит, чтобы дети правильно выполняли упражнения.

Как вы думаете, дети, чтобы быть сильными и здоровыми достаточно ли только спать и делать гимнастику? Что еще нужно организму, чтобы он смог противостоять таким противным болезням, как грипп, ангина?

Надо, надо умываться, закаляться,
Надо спортом заниматься.

Если будете закалывать организм, то сможете противостоять всем болезням. Ой, что это? Телеграмма!

«Приезжайте, доктор, в Африку скорей
И спасите, доктор, наших малышей!»
Что такое? Неужели
Детки наши заболели?

А может, мы вместе поедem в Африку? Она так далеко, я один не доеду!

Дети встают с постелей и идут за Айболитом.

Вот дорожка, она не простая. Перед нами река, но здесь есть мостик, по которому мы можем пройти. Ну вот, перешли реку. Куда же дорога приведет нас на этот раз? Посмотрите, вот болото, как же нам пройти?

О, если мы не дойдем,
Если в пути пропадем,
Что станется с ними, с больными,
Моими друзьями лесными?

Обратите внимание, здесь есть кочки, нам надо по ним пройти через болото, не упасть, чтобы не пропасть. Вот мы и в Африке. Трудная дорога позади. Спасибо вам, ребята, за то, что отправились со мной в опасное путешествие. За это я научу вас делать чудомассаж. У нас на теле есть волшебные точки. Есть, например, такие точки во впадинах у носа. Ребята, потрите их указательными пальцами. Сделайте несколько круговых движений в одну сторону, а потом в другую. Есть такие точки над переносицей, на ушах, на лбу, и еще есть ямка на груди. Массируйте их каждый день. Ну, чувствуете теперь, как приходят новые силы, а все болезни из вас выходят.

Дети! Детский сад — это ваш дом, а дома всегда должен быть порядок, тем более к приходу гостей. У нас сегодня гость, а постели не убраны. Поэтому сейчас, дети, заправьте постели как можно аккуратнее, а я, доктор Айболит, выберу кровать, которая заправлена лучше всех. Кто напомним, как надо заправлять постель?

Дети. Сначала расправим простыню, стряхнем крошки, заправим по краям, потом накроем одеялом, сверху постелим покрывало и положим подушку.

Дети заправляют постели.

Айболит. Вы такие молодцы! Все очень красиво, аккуратно застелили постель, я даже не могу выбрать лучшую.

Пойдемте все вместе одеваться!

Я принес вам схему, на которой изображено, что нужно надевать сначала, а что потом. Вот посмотрите! Ой, здесь все перепуталось, пока я дошел. Что же теперь делать? Кто поможет мне восстановить последовательность?

Дети. Сначала наденем майку, потом шорты, носки и туфли.

Айболит. Спасибо вам, дети! Сам бы я не справился.

Дети одеваются и идут умываться.

А зачем нужно умываться, как вы думаете? Правильно, чтобы всегда быть чистым и опрятным. А если не умываться, что будет? Вы знаете, кто такие микробы? Это злейший враг человеческого орга-

низма. Ведь они виновны в наших заболеваниях. Из-за них заболели и детки в Африке. У меня в лаборатории имеется микроб, и я сегодня принес его с собой, чтобы показать вам. Он конечно, не настоящий микроб, а нарисованный. (*Показывает рисунок.*) Настоящий микроб столь мал, что увидеть его невооруженным глазом мы не сможем. Но помните: микробы есть везде. Как же можно от них избавиться?

Микробы боятся мыла и горячей воды. Так давайте помоем руки с мылом и горячей водой. Но я, кажется, забыл, как это правильно делать. Кто мне напомнит?

Д е т и. Сначала надо закатать рукава, потом смочить руки водой и намылить, хорошо потереть друг о друга.

Айболит

Ладочки друг о друга трутся,
Друг друга обнимают.
Правой моею левую,
Левой — правую.

После мытья дети вытирают руки полотенцем.

Вот вы и умылись! Посмотрите на себя в зеркало. Все ли у вас в порядке? Конечно, нужно причесаться.

Что мы делаем расческой?
Тане делаем прическу.
Волос к волосу — коса,
Каждой девочки краса!
Что мы делаем расческой?
Вите делаем прическу.
Витя в зеркало глядит:
Нет вихров — приятный вид.

Возьмите свои расчески и причешитесь. А что нужно сделать, чтобы вам помогли?

Правильно, надо вежливо попросить. Какие вежливые волшебные слова вы знаете?

А какое слово всегда говорят при встрече?

Что такое «здравствуйте»?
Лучшее из слов
Потому что «здравствуй»
Значит — будь здоров!
Правильно запомнили,
Знаешь — повтори:
Старшим это слово
Первым говори!

Вечером расстались,
Встретились с утра,
Значит, слово «здравствуй»
Повторить пора.

Чтоб никого не обижать,
Друг друга надо уважать
И не дразнить и не грубить.
И «здравствуй» говорить.

А если спросишь что-нибудь,
То очень, очень вежлив будь
И говори волшебное «пожалуйста»,
И не забудь волшебное «пожалуйста»!

Вам понравилось стихотворение? Думаю, вы никогда не забудете о вежливости, ведь всегда приятнее общаться с человеком, который вежлив.

Вы хотите поиграть в *игру «Кто вежливее»*? Правила очень простые: кто получает мяч, тот говорит волшебные слова и передает мяч другому ребенку. Волшебным словом может быть приветствие, прощание, пожелание, благодарность.

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Общение с детьми.
2. Индивидуальная работа
3. Игры.

* * *

Дети играют, воспитатель раскладывает игры на столе.

Айболит. Пока вы играли, добрый доктор Айболит приготовил для вас, ребята, игры. Выбирайте.

(*Подходит к уголку ручного труда.*) Девочки, а что вы лепите?

Машенька, из скольких частей состоит корзина, которую ты хочешь вылепить? Раздели пластилин на две части — одна побольше, другая поменьше. Меньшая пойдет на ручку корзинки. Ее надо раскатать в колбаску. Большой кусок пластилина скатай, Маша, в шар и сделай из него корзинку.

Айболит подходит к детям, играющим со строительным материалом, интересуется постройками.

Да вы настоящие строители! Ведь построить такой дом сможет не каждый. Кто будет жить в вашем доме?

Интересуется, все ли у них получается, при необходимости помогает.

ПОЛДНИК

1. Подготовка к полднику.
2. Сервировка стола.
3. Полдник.

* * *

Воспитатель. Оленька, ты сегодня дежурная? Давай я тебе помогу. Что мне делать? С чего начать?

Дети, сегодня у нас на полдник омлет. Это вкусная и полезная еда. Омлет готовится из молока и яиц. А сейчас посмотрим, кто из вас не торопится и хорошо пережевывает пищу. Помните поговорку «когда я ем, я глух и нем».

Приятного аппетита!

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Подвижные игры.
4. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.
5. Возвращение с прогулки.

* * *

Воспитатель. Наш гость, доктор Айболит, приглашает всех на улицу. Принимаете его приглашение?

Тогда нужно подумать, что же нам понадобится на прогулке. Давайте возьмем лопаты. Кто поможет мне принести их?

Вы еще не одеты, а наш гость уже ждет. Некрасиво заставлять гостей долго ждать. Вам надо быстро и правильно одеться и не забыть про порядок в шкафчике. Кто напомним всем детям, в какой последовательности надо одеваться?

По мере одевания дети выходят на улицу.

Дети, посмотрите на наш участок. Вы видите доктора? Как думаете, где он? Он играет с нами в прятки. Может, мы тоже поиграем?

Звучит считалочка.

Ахи-ахи-ахи-ох!
Посадили мы горох,
Уродился он густой,
Мы помчимся, ты постой!

Мы начнем играть, а наш гость найдется.

Ой, дети, смотрите — вот и доктор Айболит!

Воспитатель надевает костюм.

Айболит. Я пришел к вам с подарком. Это игра «Платок». Правила несложные. Кто-то из вас будет «ловишкой». Он хочет забрать платок у нас. А вы передавайте друг другу платок, убегайте от «ловишки», чтобы платок ему не достался.

Платок можно использовать и в другой игре. Встанем все в круг, водящий будет ходить позади нас по кругу и положит кому-либо платок на плечо. Тот, у кого платок на плече, должен догнать водящего, пока тот не занял в кругу свободное место.

А какие игры знаете вы, ребята? Может, меня научите новой игре? Объясните мне, пожалуйста, правила игры «Мышеловка».

Дети играют и объясняют.

Спасибо, мне эта игра понравилась.

Посмотрите, какая пропасть на нашем участке. А внизу образовалась река.

О, если я утону,
Если пойду я ко дну,
Что станет с ними?
Моими друзьями лесными.

Дети, смотрите, как надо прыгать. Ноги поставьте на ширине плеч, присядьте, отведите руки назад, оттолкнитесь и прыгайте вперед. А теперь попробуйте!

Молодцы! Вы такие ловкие! Ведь перепрыгнуть пропасть сможет не каждый. Попробуйте еще.

Мне очень понравилось как вы умеете прыгать. Чтобы не болеть, нужно постоянно заниматься физкультурой, тренироваться.

Посмотрите на эти комки снега и придумайте, что из них можно построить.

Дети делятся на подгруппы. Проводится конкурс на лучшую снежную постройку.

А что вы строите? Вы строите дом, как настоящие строители.

После выполнения работ доктор Айболит вместе с детьми оценивает постройки, раздает снежные призы.

Когда дети заходят в группу, снова предлагаются несколько конкурсов.

Ребята, проведем конкурс на самый аккуратный шкафчик. Вы должны раздеться и уложить вещи в шкафчик так, чтобы в нем был порядок.

А сейчас еще один конкурс — «Чистюля». Кто расскажет, как нужно мыть руки?

Дети рассказывают.

Правильно, сначала надо засучить рукава, потом смочить руки, намылить их, сделать белые пушистые «перчатки», чем выше, тем лучше. Потом хорошо потереть руки и смыть всю пену. А затем вытереть полотенцем.

Ребята, а кто помнит стихи и потешки о чистоте? Я прочту вам отрывок из стихотворения Юлиана Тувима «Письмо ко всем детям по одному очень важному делу».

Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем —
Перед каждою едою,
После сна и перед сном!

Вы согласны с этим поэтом? Почему?

УЖИН

1. Подготовка к ужину.
2. Гигиенические процедуры.
3. Сервировка стола.
4. Ужин.

* * *

Айболит. Девочки, как вы думаете, что нужно сделать, чтобы был хороший аппетит?

Нужно красиво и аккуратно накрыть на стол. Вот, посмотрите, бумажные салфетки можно красиво согнуть и закрепить в подставке. А как расставить тарелки и стаканы, вы уже знаете.

Дети, а вы знаете, кто готовит нам ужин? Повар. Сегодня наши повара приготовили нам молочный суп. Приятного аппетита!

После ужина я прочту вам сказку про волшебный горшочек, который варил вкуснейшую кашу. А сейчас не торопитесь и ешьте, хорошо пережевывая.

ВЕЧЕР

Организация самостоятельной деятельности детей.

* * *

Воспитатель. Дети, доктор Айболит ушел, но оставил вам еще одну сказку, узбекскую, «Упрямые козы». Нарисуйте портрет нашего гостя — доктора Айболита.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

Первая половина дня

ПРИЕМ ДЕТЕЙ

1. Общение воспитателя с детьми.
2. Создание условий для организации самостоятельной деятельности детей.
3. Формирование культурно-гигиенических навыков.
4. Формирование навыков культуры поведения.

* * *

Воспитатель. Дети, у нас сегодня в гостях Неболейка.

Дети. Здравствуй, Неболейка!

Неболейка. А что означает слово «здравствуй»?

Дети. Это означает, что мы желаем тебе здоровья и рады встрече с тобой.

Воспитатель. Дети, а как еще можно поприветствовать Неболейку?

Дети. Привет, доброе утро, добрый день. Можно пожать руку.

Воспитатель. Вот, Неболейка, сколько еще приветствий знают наши дети. Тебе приятно? Тот, кто использует в своей речи вежливые слова, называется вежливым человеком. Давайте соберем из кубиков с буквами для Неболейки волшебные, добрые, ласковые слова. Посмотрите, как доволен наш Неболейка. Сколько замечательных слов вы ему подарили.

Неболейка. Спасибо! А я тоже приготовил вам сюрприз.

Игра «Что мы видим — мы не скажем, а что делаем — покажем».

Воспитатель. Дети, а как вы догадывались о том, что мы делали? Что помогает человеку почувствовать и понять окружающий мир?

Дети. Мы познаем мир при помощи органов чувств.

Воспитатель. А какие органы чувств помогали нам в игре?

Дети. Глаза.

Неболейка. А знаете, как на Руси еще называли глаза?

Дети. Очи.

Воспитатель. Рассмотрите свои глаза в зеркале. В центре глаза вы можете увидеть круглое пятнышко. Это зрачок. Через него лучи света попадают внутрь глаза и рисуют уменьшенное изображение того, на что направлен глаз. Радужная оболочка глаза каждого человека имеет свой цвет. Дима, какого цвета у тебя глаза? А у тебя, Ваня? А у тебя, Настя?

Дети отвечают.

Природа заботливо оберегает глаза. Ребята, если пот потечет со лба, что остановит его?

Дети. Брови.

Воспитатель. Конечно, густая изгородь бровей. А если несколько пылинок сядут на роговицу глаза, что их уберет?

Дети. Веко.

Воспитатель. Поморгайте быстро, потрогайте пальчиками реснички. Веки внутри влажные. А теперь закройте ладошками глазки.

Вы что-нибудь видите? Представьте, как чувствуют себя люди, у которых нарушена работа зрения. Такая темнота постоянно окружает слепых людей. Если вы увидите такого человека, что вы можете сделать для него, чем помочь?

Дети. Перевести через дорогу, помочь сходить в магазин.

Неболейка. Молодцы, вы очень внимательные и добрые дети. И теперь вы знаете, что зрение надо беречь.

Воспитатель. А ты зачем, Неболейка, надел очки?

Неболейка. Очки должны носить те, кому их выписал врач-окулист.

Воспитатель. Как можно беречь зрение?

Дети. Нельзя читать лежа, не нужно долго смотреть телевизор и сидеть близко к нему, надо постоянно укреплять свое здоровье.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

Воспитатель. Мы решили никогда не болеть. Не болеть? Это надо уметь!

Неболейка. Не зря говорят: «в здоровом теле — здоровый дух!»

Стань здоровым, ловким, крепким!

Стань выносливым и метким!

Проводится утренняя гимнастика.

ЗАВТРАК

1. Гигиенические процедуры.
2. Сервировка стола.
3. Завтрак.

* * *

Неболейка. Какие вы молодцы, теперь точно будете здоровыми и сильными. А у меня есть еще один сюрприз — письмо. Угадайте от кого? Слушайте внимательно:

Дорогие, дети!

Я прошу вас, мойте руки!

Все равно, какой водой:

Кипяченой, ключевой,

Из реки или из колодца,

Или просто дождевой.

Нужно мыться непременно

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам

Стыд и срам! Стыд и срам!

Вы узнали, от кого это письмо?

Дети отвечают.

Конечно, это письмо от моего друга Мойлодыра. Помните сказку про грязнулю, от которого убежали одеяло, одежда и все игрушки? А вы знаете почему Мойлодыр постоянно напоминает нам о том, что надо мыть руки?

Дети отвечают.

Тогда пошли в умывальную комнату — умываться.

Воспитатель

Чистая водичка моет Роме личико,

Танечке ладошки,

А пальчики Антошке.

Не боимся мы воды —

Чисто умываемся,

Неболейке улыбаемся.

Неболейка. Дети, посмотрите друг на друга, все у нас умытые, причесанные, нарядные. Пока дежурные готовят столы к завтраку, поиграем.

Игра «Угадай на вкус».

Дети закрывают глаза. Пробуют на вкус кусочки фруктов.

Неболейка. Что вы пробовали? Что вам помогло определить вкус фрукта, какой орган?

Дети отвечают.

Язык — это орган вкуса. Возьмите зеркало, рассмотрите свой язычок. Чем покрыт язык? Язык покрыт множеством крохотных сосочков, в которых спрятаны окончания нервов, умеющих ощущать, что попало в рот. Кончик языка чувствителен к сладкому, края языка лучше ощущают кислое, а основание — горькое. Если мы возьмем в рот что-нибудь несвежее, невкусное, язык тотчас сообщит нам, что этого есть нельзя, это вредно организму.

Неболейка. Дежурные, скажите, что у нас сегодня на завтрак?

Дежурные рассказывают.

После завтрака расскажите, какой вкус вы почувствовали. Приятного аппетита!

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Наблюдение на прогулке.
4. Подвижные игры.
5. Труд на участке.

6. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.

7. Самостоятельная игровая деятельность.

8. Возвращение с прогулки.

* * *

Воспитатель. Ребята, пришло время собираться на прогулку.
Неболейка

Я умею одеваться, если только захочу,
Я и маленького братца одеваться научу.

Воспитатель. Ребята, это, наверное, про вас. Вы умеете одеваться? А правильно одеваться умеете? А аккуратно?

Неболейка. Так давайте сейчас и проверим, кто у нас одевается и быстрее всех и аккуратнее. А кто победит, тот понесет игрушки на участок.

Воспитатель. Самым быстрым сегодня оказался Сашенька. А вот аккуратно ли он оделся? Посмотрите внимательно.

Неболейка. Дети, смотрите, Сережа тоже уже оделся и как аккуратно все сделал. Молодец, Сережа! Кто еще будет помогать нести игрушки?

Дети отвечают.

Сейчас мы с вами пойдем по волшебной дорожке. Я хочу вас познакомить с деревом, которое помогает нам поддерживать здоровье, не болеть. А вот и оно! Из мочалистой коры этого дерева, богатой прочным волокном, получали лыко для плетения лаптей, изготовления рогож, мочалок. Вы узнали, что это за дерево?

Дети. Липа.

Неболейка. Правильно, это дерево называется липа. А что вы еще о нем знаете?

Дети отвечают.

Воспитатель. Посмотрите внимательно на дерево и опишите его.

Дети рассказывают о дереве.

Весной липу можно легко отличить от других деревьев, если приглядеться к веточкам. Почки на них расположены поочередно, они довольно крупные, яйцевидной формы, гладкие и блестящие. Каждая почка покрыта только двумя чешуйками, таких почек нет у других деревьев. Липа — медоносное дерево. А липовый мед один из самых целебных. После обеда мы попробуем какой он вкусный и ароматный.

Неболейка. Ребята, потрогайте ладошками кору липы и кору других деревьев. Какие они на ощупь?

Дети отвечают.

Давайте рассмотрим кору дерева через лупу. А что помогает вам ощутить гладкий или шереховатый ствол у дерева?

Дети. Кожа.

Неболейка. С помощью лупы вы можете рассмотреть и кожу на руке. Через поры кожа впитывает свежий воздух, который необходим каждой клеточке. Самое удивительное это то, что кожа постоянно обновляется. Ее верхний слой стареет, а под ним нарастает новый, молодой слой.

Воспитатель. У липы точно так же растет кора. Кора является кожей для липы.

Неболейка. Ребята, как надо ухаживать за кожей? Что надо делать, когда поранишься? Можно ли долго загорать?

Дети отвечают.

А теперь я вас приглашаю принять участие в конкурсе «Я здоровье берегу — сам себе я помогу». Разделитесь на две команды. Вы должны дать как можно больше ответов на вопрос: «Какие правила необходимо соблюдать для того, чтобы сохранить свое здоровье?» Игроки каждой команды дают по очереди по одному ответу. Проигрывают те, кому больше нечего сказать.

Дети. Я буду: делать зарядку, соблюдать режим дня, заниматься физкультурой и спортом, следить за своей осанкой, чистить зубы, мыть руки, содержать в чистоте свое тело, есть полезную для здоровья пищу, в случае болезни выполнять назначения врача, буду соблюдать правила безопасности дома и в детском саду, выучу правила дорожного движения, о своих проблемах я буду говорить близким взрослым и советоваться с ними.

ОБЕД

1. Подготовка к обеду.
2. Гигиенические процедуры.
3. Сервировка стола.
4. Обед.

* * *

Неболейка. Пока идет подготовка к обеду, поиграем.

Игра «Угадай, кто позвал».

Какой орган помог узнать, кто вас позвал?

Дети. Ухо.

Воспитатель. Рассмотрите друг у друга ушки, потрогайте их. На что похожи уши?

Дети. На раковины.

Воспитатель. Как вы ухаживаете за ушками? Как надо оберегать орган слуха?

Дети. Не простужаться, не засовывать в уши посторонние предметы, оберегать уши от попадания воды.

Неболейка. Посмотрите, какие карточки я принес. На них изображены разные продукты. Надо отобрать карточки, на которых изображены полезные. Выполнять задание нужно быстро и правильно.

Прежде чем за стол мне сесть,
Я подумаю, что съесть.

Смотрите, а на этих карточках изображены мыло, вода, полотенце. Давайте вспомним последовательность умывания.

Дети. Сначала открываем воду так, чтобы не было брызг, берем мыло и намыливаем руки, чтобы на руках образовались белые «перчатки», затем смываем пену водой, вытираем руки полотенцем насухо.

Неболейка. Молодцы! А теперь пойдем мыть руки.
Воспитатель

Что такое чистым быть?

Руки чаще с мылом мыть,
Грязь убрать из-под ногтей,
Да постричь их поскорей.

Умываюсь по утрам
И еще по вечерам.
Чисто вымою я уши —
Будут уши лучше слушать.

Отчего блестят глаза? —
С мылом умывался я.
Мне еще нужна сноровка,
Чтобы зубы чистить ловко.

Дружат волосы с расческой,
Хороша моя прическа.

Молодцы, а теперь что нам сделать надо?

Дети. Посмотреть в зеркало и привести свою прическу в порядок.

Неболейка. Вы все помните, вот молодцы. Кому нужна помощь, подходите к воспитателю.

Воспитатель. А что у нас делают дежурные? Посмотрите и исправьте ошибки в сервировке столов. Молодцы, справились с заданием.

Неболейка. Я так есть хочу, а вы еще не проголодались?

Дети. Мы тоже хотим есть.

Неболейка. Тогда садимся за стол.

Воспитатель. Дежурные, расскажите, пожалуйста, что у нас сегодня на обед.

Дети перечисляют что у них на столе.

Неболейка. А как вы будете вести себя за столом? Как будете сидеть?

Дети. Будем сидеть с выпрямленными спинками, ноги поставим на пол ровно, друг другу не будем мешать, еду хорошо прожужем, станем есть не торопясь.

Воспитатель. Молодцы, приятного аппетита.

Вторая половина дня

ПОДЪЕМ ДЕТЕЙ

1. Постепенный подъем.
2. Индивидуальная работа с детьми.
3. Корректирующая гимнастика.
4. Закаливающие мероприятия.
5. Формирование культурно-гигиенических навыков.
6. Формирование навыков культуры поведения.

* * *

Воспитатель. Кто проснулся? Добрый день, ребятки. Вы уже выспались? А что вы чувствуете после сна?

Дети отвечают.

Конечно, сон дает возможность отдохнуть, расслабиться, и поэтому теперь вы веселые, отдохнувшие, но еще не полностью проснувшиеся.

Мы спокойно отдыхали,
Сном волшебным засыпали.
Хорошо нам отдыхать,
Но пора уже вставать.

Дети, а вы знаете, почему звучит такая веселая музыка? К нам в гости пришел Незнайка.

Появляется Незнайка.

Незнайка. Здравствуй, дети!

Дети. Здравствуй, Незнайка!

Незнайка. Дети, смотрите, солнышко-то уже проснулось, а вы все спите. Вставайте скорее. Что вы тут задерживаетесь в спальне? Нас ждут веселые соревнования. А чтобы они прошли успешно, надо быть сильными и бодрыми.

Воспитатель. И начнем мы с гимнастики и закаливающих процедур. Вы знаете для чего их надо делать?

Дети. Чтобы быть здоровыми, бодрыми, чтобы была правильная осанка.

Незнайка. Тогда и я буду делать ее вместе с вами.

Воспитатель проводит зарядку.

Массаж ушных раковин. Сидя по-турецки, «лепим» ушки для доброго слона: поглаживаем ушные раковины, тихонько оттягиваем их вверх, вниз, в стороны (по 5—6 раз в каждом направлении). Нажимаем на мочки ушей, «надеваем» на них красивые клипсы. «Лепим» уши внутри раковины: делаем 7—8 вращательных движений по часовой стрелке, затем против.

Массаж живота. Лежа на спине, поглаживаем живот по часовой стрелке, похлопываем ребром ладони, кулачком, снова поглаживаем, пощипываем, снова поглаживаем.

Массаж рук. «Моем» кисти рук, сильно трем ладонки до ощущения тепла. Вытягиваем каждый пальчик. Фалангами пальцев одной руки трем по ногтям другой, словно по стиральной доске. Трем «мочалкой» руку до плеча (сильно нажимаем на мышцы плеча и предплечья), «смываем водой мыло» (ведем одной рукой вверх, затем ладонью вниз) и «стряхиваем воду».

Массаж ног. Сидя по-турецки, подтягиваем к себе стопу левой ноги, разминаем пальцы ног, поглаживаем между пальцами, раздвигаем пальцы ног; сильно нажимаем на пятку, растираем стопу, шиплем, похлопываем по пальцам, пятке, выпуклой части стопы, делаем стопой вращательные движения, вытягиваем вперед носок, пятку, затем похлопываем ладонью по всей стопе, приговаривая: «Будь здоровым, красивым, сильным, ловким, добрым, счастливым!» То же проделываем с правой ногой: поглаживаем, пощипываем, сильно растираем голени и бедра.

Игра «Покачай малышку».

Прижимаем к груди стопу ноги, укачиваем, касаемся лбом колена, стопы, ноги, поднимаем выше головы, делаем вращательные движения вокруг лица.

Незнайка. Какие вы молодцы! Сразу стали бодрыми, и дышать стало свободнее. Ну а теперь-то можно уже играть?

Воспитатель. Дети, Незнайка торопится. А что мы обычно делаем после массажа?

Дети. Одеваемся, заправляем постели, умываемся.

Незнайка. Ну можно обойтись хотя бы без умывания?

Воспитатель. Дети, объясните Незнайке, для чего мы умываемся.

Дети объясняют.

Незнайка. Тогда и мне надо мыть руки.

Воспитатель. Подожди немного, сейчас дети оденутся, и мы проводим тебя в умывальную комнату.

Незнайка. Сергей уже оделся. Как это ловко у вас получается. Значит, Сережа лучше всех умеет одеваться?

Воспитатель. Не всегда быстрее значит лучше. Давайте посмотрим друг на друга и в зеркало. Кто аккуратнее и опрятнее всех выглядит? Незнайка, помоги нам выбрать самого аккуратного и опрятного ребенка.

Дети смотрят в зеркало, поправляют одежду.

Воспитатель. А теперь идем умываться!

Вместе с Незнайкой все отправляются в умывальную комнату.

Незнайка. А кто может вспомнить стихи о чистоте из «Мойдодыра»?

Дети

Да здравствует мыло душистое
и полотенце пушистое,
И зубной порошок, и густой гребешок!
Давайте же мыться, плескаться,
Купаться, нырять, кувыркаться
В ушате, в корыте, в лохани,
В реке, в ручейке, в океане, —
И в ванне, и в бане, всегда и везде —
Вечная слава воде!

Незнайка. Молодцы, дети! Теперь все мы чистые и красивые. А знаете ли вы правила этикета? Что нужно говорить, если встретишь на улице знакомого? Что вы скажете, если вам нужно что-то попросить? Когда разговаривают два человека, а вам хочется что-то спросить, как вы поступите? Если вы все-таки должны вмешаться в разговор, как это можно сделать? Если вы случайно задели человека, что вы ему скажете?

Дети отвечают.

Воспитатель. Дети, давайте проверим, как знает правила поведения Незнайка. Задайте ему вопросы.

Дети. Что надо делать, если заходишь в комнату, в которой находятся люди? Что нужно сделать, если взрослый человек зайдет в комнату? Что делать, если хлеб на столе стоит очень далеко от вас?

Незнайка путается. Дети помогают Незнайке.

Незнайка. Ой, ребята, теперь я все знаю и буду культурно себя вести в гостях.

Воспитатель. Надеюсь, вы не только на словах будете выполнять эти правила, но и на деле.

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Общение с детьми.
2. Индивидуальная работа.
3. Игры.

* * *

Воспитатель. Пока вы спали, Незнайка приготовил для вас игры. Посмотрите, вот они. Выбирайте.

Незнайка. Дети, давайте поиграем в *игру «Что изменилось»*. Узнаем, кто из вас самый внимательный. Посмотрите на стол и постарайтесь запомнить, какие предметы на нем лежат, в какой последовательности.

С каждой игрой количество предметов увеличивается. Игра проводится 3—4 раза.

Незнайка. Молодцы! Сразу видно, что вы готовитесь пойти в школу и поэтому стараетесь быть внимательными. Я бы тоже хотел пойти в школу, да надо уметь читать и писать.

Воспитатель. А хочешь, мы научим тебя составлять предложения? Я скажу какое-нибудь слово, а вы быстро придумаете предложение. Например, я скажу слово «близко» и передам Мише камешек. Он берет камешек и быстро отвечает. И так по кругу.

Играют.

Игра «Угадай по запаху».

Незнайка. Какой орган помог вам угадать правильно?
Дети. Нос.

Воспитатель. А теперь поставьте ладошку, сделайте вдох и выдох носом. Почувствовали вдыхаемый и выдыхаемый воздух? Внутри носа расположено множество тончайших сосудов, по которым струится горячая кровь, в узких каналах носа жарко, поэтому вдыхаемый холодный воздух успевает согреться, и мы не заболеваем. Давайте сделаем с вами несколько упражнений дыхательной гимнастики.

Делают упражнения: «Задувание свечи», «Одуванчик», «Понюхай цветок».

Незнайка чихает, вытирает нос платком, хвастается, что тоже умест ухаживать за носом.

ПОЛДНИК

1. Подготовка к полднику.
2. Сервировка стола.
3. Полдник.

* * *

Воспитатель. Пока вы играете, дежурные помогут накрыть на стол. Кто у нас сегодня дежурит? А вы помните, что вам надо сделать? Как вы будете расставлять приборы? Что у нас на полдник? Как вы пригласите детей к столу и объявите меню?

Дети. В центр стола ставим салфетницу. Каждому стелим салфетку. Чайные чашки и блюдца ставим на салфетки.

Воспитатель. Молодцы!

Незнайка. А скажите, пожалуйста, для чего нужна эта салфеточка?

Дети. Это для того, чтобы после еды все оставшиеся крошки оказались не на столе, а на салфетке. Их легко можно убрать.

Воспитатель предлагает детям посмотреть на подготовленные к полднику столы.

Воспитатель. Дети, скажите, пожалуйста, как дежурные накрыли на стол?

Дети. Очень аккуратно, чисто, правильно.

Воспитатель. Да, дети, дежурные у нас молодцы! И нам очень приятно садиться за такие столы.

Дети садятся за столы.

Незнайка

Гайда, гайда люленьки, прилетели гуленьки,
Стали гули говорить, чем Ванюшу накормить,
Один скажет — кашкою, другой — простоквашкою,
Третий скажет — молочком и румяным пирожком.

Приятного аппетита, дети!

Дети. Спасибо, Незнайка.

Незнайка. Звание «Самый аккуратный» получит тот, кто умеет пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво ест, не торопится, хорошо пережевывает пищу, не мешает другим за столом. Вот Ваня, молодец, все съел аккуратно, стол остался чистым. Он получает сегодня звание «Самый аккуратный».

После полдника дети сами убирают посуду со столов.

ПРОГУЛКА

1. Подготовка к прогулке.
2. Одевание.
3. Подвижные игры.
4. Индивидуальная работа по развитию движений, физических качеств.
5. Возвращение с прогулки.

* * *

Воспитатель. Я буду задавать вам вопросы, а вы должны быстро отвечать.

Игра «Вопрос — ответ».

Что называют зеркалом души? (*Глаза.*)

Какой орган в нашем организме выполняет роль насоса? (*Сердце.*)

Для кого враги вода и мыло? (*Для микробов.*)

Чем надо заниматься, чтобы расти сильным и здоровым? (*Спортом.*)

Хочешь быть стройным, как березка, следи за чем? (*За осанкой.*)

Воспитатель. Молодцы! Какие вы сообразительные. Скоро мы будем собираться на прогулку.

Незнайка. Дети, а вы возьмете меня на прогулку?

Дети. Да!

Незнайка. А что мы будем делать на прогулке?

Дети. Играть, гулять.

Незнайка. Мне очень нравится! Я люблю играть в подвижные игры.

Воспитатель. Кто помнит, какая сегодня утром была погода? Скажите, что нужно надевать на улицу?

Дети отвечают.

Вот дети, молодцы, оделись. Берите игрушки и выходите на улицу.

Незнайка. А что это за дерево у вас на участке?

Дети. Это дуб — могучее, большое, сильное дерево.

Незнайка. А я в первый раз увидел его. Ребята, я так хочу узнать все о дубе. Мне кажется, что вы знаете это дерево. Вы можете мне?

Дети. Поможем.

Воспитатель. Ребята, вспомним, как выглядит дуб, какой у него ствол, крона, ветки?

Дети. Ствол сильный, толстый, весь в шрамах; сучья крупные, извилистые; крона пышная.

Незнайка. Ребята, а почему ствол покрыт толстой корой с глубокими трещинами, шрамами?

Дети. В морозную погоду зимой у дуба трескается кора, и от этого на стволе образуются шрамы.

Воспитатель. Правильно. А еще дуб капризное дерево, его не встретишь на бедной, заболоченной почве. А вот недостаток влаги он переносит хорошо.

Незнайка. Некоторые деревья цветут. Например, береза, липа. А цветет ли дуб?

Дети. Цветет.

Воспитатель. Дуб цветет в мае, когда у него еще совсем маленькие листья. Оттого деревья кажутся одетыми в тонкое зеленое покрывало. Цветки дуба очень мелкие и невзрачные.

Незнайка. Ребята, а у дуба есть семена?

Дети. Есть. Они называются желуди.

Воспитатель. Желуди, как семена дерева, совершенно не переносят высухания. Стоит им потерять небольшую часть влаги, они погибают. Чувствительны они и к морозу. В тепле они загнивают.

Незнайка. А как растет дуб?

Воспитатель. Дуб растет очень медленно. Сначала он растет под прикрытием березок, осинки и других деревьев, они защищают его от высухания и замерзания. Когда дуб догонит окружающие деревья по высоте, он начинает расти очень быстро и может быть размером с 15-этажный дом. А вы знаете, что дуб — очень крепкое дерево? У царя Петра I вся мебель была сделана из древесины дуба.

Незнайка. Как много интересного я узнал о дубе.

Воспитатель. А теперь вместе с Незнайкой поиграем.

Подвижные игры «Гуси-лебеди», «Кошки-мышки».

Когда дети после прогулки заходят в группу, им предлагается несколько конкурсов.

Незнайка. Проводится конкурс на самый аккуратный шкафчик. Вы должны раздеться и уложить свои вещи в шкаф так, чтобы там был порядок. А потом проведем конкурс «Чистюля». Кто-нибудь из вас покажет и расскажет, как правильно мыть руки.

УЖИН

1. Подготовка к ужину.
2. Гигиенические процедуры.
3. Сервировка стола.
4. Ужин.

* * *

Незнайка. А зачем надо мыть руки с мылом?

Дети. Чтобы не было микробов. Сначала надо засучить рукава, потом намочить руки, намылить их, сделать белые пушистые «перчатки», чем выше они, тем лучше. Потом потереть хорошо руки, смыть всю пену, а затем вытереть полотенцем.

Незнайка. Дети, смотрите, у меня тоже белые ручки.

Воспитатель. Вот видите, ребята, вы даже Незнайку научили мыть руки с мылом.

Незнайка. Да! Меня сегодня дети всему научили, теперь я буду все знать. Теперь я буду не Незнайка, а Знайка. Вы молодцы, дети. Мне очень понравилось играть с вами. Дети, я скоро снова к вам приду. До свидания!

Дети. До свидания, Незнайка! Приезжай еще к нам в гости.
Воспитатель. Дети, мы попросились с Незнайкой, но не огорчайтесь. Вечером мы прочитаем про Незнайку книгу. Дети, посмотрите, как поработали сегодня дежурные.

Дети. Стол накрыт аккуратно, правильно, красиво.

Воспитатель. Его можно украсить. Вот посмотрите: бумажные салфетки можно согнуть и поставить в подставку. Смотрите как получилось красиво. А теперь попробуйте вы сделать так же. Сегодня наши повара приготовили нам вкусный ужин. Приятного аппетита!

После ужина я прочитаю вам рассказ В. Осеевой «Волшебное слово». А сейчас вы не торопитесь, ешьте, хорошо пережевывайте пищу.

ВЕЧЕР

Организация самостоятельной деятельности детей.

* * *

Воспитатель

За что мы говорим «спасибо».

За все, что делают для нас.

И мы припомнить не смогли бы

Кому сказали сколько раз.

Будьте добры — это я говорю по секрету.

Будьте добры — и не ждите за это конфету.

Будьте добры — без игры и во время игры,

Если сумеете, будьте скорее добры.

Чтение рассказа В. Осеевой «Волшебное слово».

Вопросы к детям.

— Как называется это произведение и кто его автор?

— Какое волшебное слово подсказал дедушка Павлику?

— Как изменило Павлика это слово?

— Каким Павлик был до встречи с бабушкой и каким стал после?

— Как изменилось отношение окружающих людей к Павлику после того, как он узнал волшебное слово?

Вежливые слова и добрые поступки действительно творят чудеса.

Они делают людей во всем мире добрее, лучше, чище душой.

Я рада, что вы правильно поняли этот рассказ. Я думаю, что волшебные слова вам очень пригодятся в вашей жизни.

Список использованной и рекомендуемой литературы

Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.

Алексеева А.С. и др. Организация питания детей в дошкольных учреждениях. М., 1990.

Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка // Дошкольное воспитание. 1993. № 11. С. 4—18, 62—74.

Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1999.

Баландина В., Вавилова Е. Формирование правильной осанки // Дошкольное воспитание. 1984. № 2. С. 35—38.

Береснева З.И., Казаковцева Р.Г. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ. М., 2004.

Богина Т.Л. Укрепление здоровья ослабленных и часто болеющих детей // Дошкольное воспитание. 1994. № 6. С. 9—12.

Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду. М., 1987. С. 74—77.

Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду. М., 1991.

Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. М., 1986.

Васильева Т. Оздоровительная работа в детском саду // Дошкольное воспитание. 1980. № 6. С. 5—6.

Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад. М., 1983.

Волчек Н.М. Современная энциклопедия для девочек. Минск, 1999. С. 6—10.

Воротилкина И. Организация двигательной активности дошкольников // Дошкольное воспитание. 1998. № 6. С. 34—38.

Воспитание и обучение детей раннего возраста / Под ред. Л.Н. Павловой. М., 1986. С. 77—80.

Галигузова Л.Н., Смирнова Е.О. Ступени общения: от года до семи лет. М., 1992.

Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет // Сост. В.И. Теленчи и др. М., 1987. С. 66—72.

Глазырина Л.Д., Овсянkin В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., 1999. С. 4—19.

Детство. Программа развития и воспитания детей в детском саду. СПб., 1995.

Дружинина Л. Питание ребенка в детском саду и дома // Дошкольное воспитание. 1998. № 6. С. 111—114.

Дрязгунова В.А. Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями. М., 1981.

Зебзеева В.А. Эколого-психологический тренинг // Дошкольное воспитание. Оренбург, 1999. № 7. С. 84—88.

Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание. 1993. № 9. С. 23—25.

- Змановский Ю.Ф.* Режим — важнейший фактор укрепления здоровья ребенка // Дошкольное воспитание. 1978. № 7. С. 56—63.
- Змановский Ю.Ф.* Воспитываем детей здоровыми // Дошкольное воспитание. 1988. № 2. С. 68—73; № 3. С. 56—61.
- Змановский Ю.Ф.* Воспитываем детей здоровыми. М., 1989.
- Зюменков С., Вавер Г.* Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении // Дошкольное воспитание. 1999. № 6. С. 6—10.
- Зуйкова М.Б.* Режим — путь к здоровью // Управление ДОУ. 2006. № 1. С. 60—70.
- Ионова Л.П.* Из опыта работы воспитателей. М., 1975.
- Истоки.* Базисная программа развития ребенка-дошкольника. М., 1997.
- Картушина М.Ю.* Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. М., 2004.
- Козлова С.А.* Нравственное воспитание дошкольников в процессе ознакомления с окружающим миром. М., 1988.
- Лабораторный практикум по дошкольной педагогике и методикам.* М., 1981. С. 22—31.
- Лескова Г., Ножкина Н.* Влияние физминутки на физическое состояние и умственную работоспособность детей // Дошкольное воспитание. 1983. № 6. С. 6—10.
- Лямина Г.* Воспитание культурно-гигиенических навыков в старшем дошкольном возрасте // Дошкольное воспитание. 1976. № 2. С. 8—14.
- Маханева М.Д.* Воспитание здорового ребенка // Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М., 1997. С. 4—29.
- Методические рекомендации по закаливанию детей // Дошкольное воспитание.* 1982. № 5. С. 10—14.
- Михальченко Ю.Н.* Всей группой в поход // Дошкольное воспитание. 1987. № 9. С. 31—32.
- Молодова Л.П.* Игровые экологические занятия с детьми. Минск, 1996.
- Новоселова С.Л.* Развивающая предметная среда. М., 1995.
- Нравственное воспитание дошкольников.* М., 1972.
- Нравственно-трудовое воспитание в детском саду // Под ред. Р.С. Буре.* М., 1987.
- О некоторых современных проблемах гигиены детей // Дошкольное воспитание.* 1982. № 10. С. 39—41.
- Осокина П.Т.* Организация и проведение физкультурных праздников. Метод. рек. // Дошкольное воспитание. 1987. № 10. С. 25—34.
- Паунова С.* Гигиенические навыки с малых лет // Дошкольное воспитание. 1993. № 11. С. 67—69.
- Педагогический словарь.* Т. 1. М., 1987. С. 184, 591, 726.
- Петерина С.В.* Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста. Ростов н/Д., 1976. С. 51—61.
- Правильно организованный сон — важное условие физического и психологического здоровья ребенка // Дошкольное воспитание.* 1984. № 2. С. 63—66.
- Практикум по дошкольной педагогике.* М., 1997. С. 60—81.
- Пусть ребенок растет здоровым.* М., 1975.
- Расти здоровых, умных, добрых.* М., 1997.
- Рубинштейн С.Я.* Способы воспитания новых привычек // Возрастная педагогическая психология. Хрестоматия / Сост.: И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. М., 1999. С. 258—266.
- Рунова М.* Характеристика модели оптимального двигательного режима // Дошкольное воспитание. 1999. № 11, 12.
- Соковня-Семенова И.И.* Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. М., 1997. С. 6—25.
- Сорокина А.И.* Умственное воспитание в детском саду. М., 1975.
- Сорокина А.И.* Дидактические игры в детском саду. М., 1982.
- Таилер Л.А.* Фундамент здоровья — с детства. Минск, 1989.
- Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я.* Воспитателю о ребенке дошкольного возраста. М., 1987.
- Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я.* Ради здоровья детей. М., 1998.
- Удальцова Е.И.* Дидактические игры в воспитании и обучении дошкольников. Минск, 1976.
- Умственное воспитание в детском саду / Под ред. Н.Н. Поддьякова.* М., 1984.
- Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А.* Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. М., 1997. С. 41—47.
- Фомина Н.А.* Формирование основ здорового образа жизни // Управление ДОУ. 2004. № 1. С. 75—79.
- Формирование нравственного здоровья дошкольников: Занятия, игры, упражнения / Под ред. Л.В. Кузнецовой, М.А. Панфиловой.*
- Чабовская А.П.* Практикум по основам педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. М., 1985.