**Приложение 1**

**Беседы о культурно - гигиенических навыках**

**в первой младшей группе**

**«Чистые ладошки, звонкие хлопошки»**

**Цель:** создание условий для правильного мытья рук.

Учить детей самостоятельно брать мыло из мыльницы, намыливать руки, смывать мыло, вытирать полотенцем и хлопать.

Моем ручки веселей,

Мы водой похолодней.

Вот чистые ладошки,

Похлопаем немножко!

**во второй младшей группе**

**«Сухие рукава»**

**Цель:** формирование у детей умения аккуратно мыть руки.

Обратить внимание, как правильно закатывать рукава, не проливать воду на пол, отжимать лишнюю водичку и насухо вытирать руки личным полотенцем.

Знают дети - да-да-да! Кран откроют, там - вода!

Льётся понемножку, прямо к нам в ладошки!

**в средней группе**

**«Чудо - мыло»**

**Цель:** создание условий для закрепления умения правильно пользоваться мылом.

Рассматривание иллюстрации, чтение книги А.Барто «Девочка чумазая».

Кукле помыть руки с мылом, наглядно показать чистоту ладошек.

Таня мыла руки с мылом, вот так, вот так!

И ладошки все отмыла, да, вот это - чудо мыло!

Мы с мылом будем руки мыть, чтоб чумазыми не быть!

**в старшей группе**

**“Мыло или шампунь”**

**Цель:** создание условий для закрепления навыков личной гигиены.

В старшем дошкольном возрасте у воспитанников формируется более осознанное отношение к культурно-гигиеническим привычкам. Дети замечают, что опрятность (чистое лицо, тело, аккуратная причёска, ухоженная одежда, обувь) является не только элементарным требованием гигиены. Выполняя несложные правила, можно всегда держать в чистоте свои руки, лицо, красиво выглядеть.

В качестве эксперимента можно провести опыт, что лучше пенится шампунь или мыло. Какое бывает мыло. Дети уже чаще пользуются жидким мылом и могут рассказать какое им нравится больше.

Вот шампунь - в нём много пены:  
Это средство для волос,  
Ну а руки чем же мыть?

Мылом, непременно!

**в подготовительной к школе группе**

При работе с детьми шестого года жизни обязательно нужно использовать игровые, соревновательные моменты, чтобы усилить результат.

Например, можно провести игру «Можно, можно! Нет! Нельзя!».

Воспитатель показывает картинки, на которых изображены действия.

Если “Можно, можно!” - дети хлопают в ладоши и повторяют слова.

Если “Нет! Нельзя!” - топают ногами и проговаривают слова.

Примеры картинок: малыш чистит зубы, чихает, не прикрывая нос платком, облизывает руки, моется в ванной и т.п.

Гигиенические процедуры в старшем дошкольном возрасте также можно сопровождать художественным словом. Однако это уже не просто потешками, а например, пословицами. После того как дети умылись и вымыли руки, можно обсудить с ними значение пословицы: “Чисто жить – здоровым быть”, “ Чистота – лучшая красота”.

**Приложение 2**

**Положение о проведении тематической акции**

**«МОЙДОДЫР»**

**к всемирному дню мытья рук.**

15 октября отмечается День **чистых рук**.

В данный момент в связи с пандемией эта тема очень актуальна.

1. **Общие положения**

Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения тематической акции «Мойдодыр» (далее - Акция) для детей дошкольного возраста ДОУ.

Инициатором акции является музыкальный руководитель

**Цель:** создание условия для закрепления у детей умения правильно мыть **руки** и соблюдать личную гигиену.

**Задачи:** формировать культурно - гигиенические навыки, закреплять у детей первоначальное представление о личной гигиене, воспитывать привычку следить за своим внешним видом, самостоятельно умываться, мыть **руки с мылом**.

Участниками акции являются воспитанники дошкольного образовательного учреждения.

Возрастная категория – дети 1 - 7 лет.

Участие является добровольным с согласия родителей (законных представителей).

1. **Организационный комитет:**

Музыкальный руководитель

Социальный педагог

Старший воспитатель

1. **Номинации Акции**

**3.1. «Мыльные перчатки»**

**3.2. «Да здравствует мыло душистое»**

**3.3. «Защитим себя!»**

В ходе мероприятия использовать следующие формы работы: беседы, объяснения, показ, самостоятельная деятельность, совместная деятельность, игра.

Воспитателям рекомендовано провести беседу "Что такое личная гигиена", где при помощи наглядных материалов объяснить для чего нужно её соблюдать и как правильно мыть **руки** (приложить фотоотчёт)

Провести акцию для детей младшего и среднего возраста **"Мыльные перчатки»** (короткие видеосюжеты присылают родители, педагоги делают полноценный видеоролик).

Дошкольники старшего возраста принимают участие в акции **«Да здравствует мыло душистое!»** (короткие видеосюжеты присылают родители, педагоги делают полноценный видеоролик)

Сотрудники принимают участие в акции **«Защитим себя»** (снимают короткие видеосюжеты, старший воспитатель делает полноценный видеоролик)

1. **Порядок и сроки проведения Акции**

Акция проводится 15 октября 2021 года в ДОУ

1. **Итоги Акции** будут представлены на сайте детского сада

**Приложение 3**

**Положение о конкурсе чтецов**

**«ВРЕМЯ ЧИСТЫХ РУК!»**

**к всемирному дню мытья рук**

1. **Общие положения**

Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения конкурса чтецов **«Время чистых рук!»**  (далее - Конкурс) для детей старшего дошкольного возраста МАДОУ

Инициатором Конкурса выступает музыкальный руководитель

**Цель Конкурса**: создание условий для выявления и поддержки юных дарований детского сада.

**Задачи Конкурса:**

* развивать и раскрывать творческие способности детей;
* воспитывать положительное эмоциональное отношение к литературным поэтическим произведениям;
* формировать у дошкольников навыки выразительного чтения, артистические умения.

Участниками Конкурса являются воспитанники дошкольного образовательного учреждения.

Возрастная категория – дети 5 - 7 лет. Приветствуется участие детей с ОВЗ.

Участие в Конкурсе является добровольным с согласия родителей (законных представителей).

1. **Организационный комитет конкурса:**

Музыкальный руководитель

Социальный педагог

Старший воспитатель

1. **Номинации Конкурса**

Конкурс проводится по трём номинациям:

**«Мойте на здоровье!»**

**«Вирусы - вредирусы»**

**«Мир в твоих руках!» - авторские стихи**

1. **Жюри Конкурса**

1.

2.

3.

Жюри может ввести дополнительные номинации:

***«За креативное исполнение», «Самый яркий номер», «Удивительный ребёнок»***

1. **В** рамках конкурса в фойе детского сада будет организована выставка детско – взрослых плакатов «**Наше здоровье в наших руках!»** (на тему борьбы с коронавирусом, пропаганды здорового образа жизни).
2. **Порядок и сроки проведения Конкурса**

Конкурс проводится 04 **октября 2021 года в ДОУ**

1. **Организация проведения Конкурса**

Для организации и проведения Конкурса создаётся Оргкомитет, который утверждается приказом ДОУ.

Для оценки работ участников Конкурса и определения победителей и призёров Конкурса создается жюри.

Победители и призёры Конкурса в каждой из номинаций определяются на основании результатов оценивания членами жюри выступлений участников по сумме набранных баллов.

1. **Порядок проведения Конкурса**

Общую подготовку и сопровождение участников Конкурса осуществляют педагоги дошкольного образовательного учреждения.

Участникам для исполнения рекомендуются произведения, содержание которых доступно детям старшего дошкольного возраста.

Для участия в конкурсе необходимо подать заявку. ***(Приложение 1)***

Хронометраж выступления – не более 3 – х минут.

По итогам Конкурса в каждой номинации определяются 1 победитель и 2 призёра.

В номинациях, определённых п 3.2. настоящего Положения, определяется только 1 победитель.

1. **Критерии оценки**

Уровень исполнения поэтического произведения оценивается по следующим критериям:

* соответствие выбранного стихотворения теме;
* знание текста произведения;
* интонационная выразительность речи;
* использование выразительных средств театра (мимики, жестов, поз, движений);
* подбор костюма, атрибутов, соответствующих содержанию исполняемого произведения.

Итоги Конкурса оформляются протоколом жюри.

**10. Подведение итогов Конкурса**

Победители и призёры Конкурса определяются решением жюри Конкурса.

Победителям и призёрам Конкурса будут вручены дипломы 1,2,3 степени.

Победителям в дополнительных номинациях, определенных п.3.2. настоящего Положения, будут вручены дипломы в соответствии с этими номинациями.

Все участники Конкурса чтецов и детско – взрослых плакатов будут отмечены сертификатами участников, а педагоги Благодарственными письмами.

**(Приложение 1 к положению)**

**Заявка на участие в конкурсе чтецов**

**«ВРЕМЯ ЧИСТЫХ РУК»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ФИ участника, возраст** | **ФИО педагога, должность** | **Номинация** | **Автор,**  **название стихотворения** |
|  |  |  |  |

**Приложение 4**

**СЦЕНАРИЙ КОНКУРСА ЧТЕЦОВ**

**“ВРЕМЯ ЧИСТЫХ РУК - 2021”**

**Ведущий:**

Поэзии чудесная страница

Для нас сегодня открывает дверь.

И чудо пусть любое сотворится!

Ты, главное, в него всем сердцем верь.

Любовь и красота природы,

Дорога сказок, мир – любой.

Подвластно все ПОЭЗИИ, - попробуй.

И дверь в её страну открой!

**Ведущий:** Добрый день, дорогие ребята и взрослые! Мы рады видеть всех вас! Сегодня мы проводим конкурс чтецов на самую актуальную тему: «Время чистых рук».

Проведение конкурса чтецов уже стало доброй традицией в нашем детском саду. А кто из вас, ребята знает, что значит – быть здоровым?

Ответы детей.

**Ведущий:** В каждом конкурсе есть жюри. Поэтому разрешите представить вам почётных гостей нашего конкурса:

1.

2.

3.

**Ведущий:** Уважаемые гости! Я открою вам маленький секрет: каждый участник имеет твёрдое намерение победить. Все они готовились к этому конкурсу! Пожелаем им удачи! И начинаем!

**Ведущий:** Встречайте бурными аплодисментами наших конкурсантов.

**(Участники под торжественную музыку входят в зал и садятся на стульчики)**

**Ведущий:**

Здоровые дети в здоровой семье.

Здоровые семьи в здоровой стране.

Здоровые страны – планета здорова.

Здоровье – какое прекрасное слово!

Так пусть на здоровой планете

Растут здоровые дети!

Первая номинация **“МОЙТЕ на ЗДОРОВЬЕ”**

1. Про “Мышку, которая плохо мыла лапки” автор Галина Шалаева нам расскажет ...
2. “Закон простой...”, автор Элина Мошковская нам откроет ...
3. Стихотворение Владимира и Елены Лыковой про “Порядок умывания в детском саду” прочтёт ...
4. О том, что нужно мыть перед едой руки заявляет ... стихотворение написала Галина Шалаева
5. “Зачем всем надо руки мыть?” стихотворение Яны Перетягиной нам дарит ...
6. Андрис Сайнио “Не пойму как по ладошке” читает ..., встречайте!

**Ведущий:**

Повстречал иммунитет неприятностей квартет.

Кашель, чих, мадам Простуду пышных вирусов букет.

Переходим ко второй номинации нашего конкурса **“ВИРУСЫ - ВРЕДИРУСЫ”**

1. Стихотворение “Злой микроб” Ольги Алёшкиной читает ...
2. Про “Несчастного микроба” Алёны Раневской исполняет стихотворение ...
3. “А где живут микробы?” вам интересно? Об этом нам расскажет ..., автор Дарья Пономарёва
4. Девочка … заявляет, что “С вирусами не дружит!”, автор стихотворения Ольга Канаева

**Ведущий:**

От водички, от водицы всё улыбками искрится!

От водички, от водицы веселей цветы и птицы!

Настя умывается, солнцу улыбается!

Третья номинация нашего конкурса - авторские стихи, эти стихи могли сочинить дети, родители или педагоги.

ФИО, мама ... написала стихи: “Мир в твоих руках”, давайте послушаем!

Конкурсные испытания закончились, жюри просим пройти для подведения итогов.

Что ж теперь пришла пора

Нам размяться детвора!

Быстро встанем по порядку –

На музыкальную зарядку!

**“СОЛНЫШКО ЛУЧИСТОЕ”**

**Ведущий:** Мы поможем девочке Чумазой снова стать **чистой и опрятной**? Кто нам поможет победить микробов, отгадайте загадки.

Ускользает, как живое,

Но не выношу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. *(Мыло)*

У мыла есть забота-

Мыло ходит на работу.

Попенится, намылится

Придет и ляжет в *(мыльницу)*

Вытираю я, стараюсь,

После бани паренька

Всё намокло, все измялось-

Нет сухого уголка. *(Полотенце)*

Резинка Акулинка

пошла гулять по спинке.

Собирается она вымыть спину докрасна. *(Мочалка)*

Если делаю причёску, помогает мне *(расческа)*

По утрам и вечерам

**Чистит зубы пастой нам** *(Зубная щетка)*

Что наносим на зубную щетку? *(Зубная паста)*

Лег в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю. *(Носовой платок)*

**Ведущий:**

Вы стихи все рассказали,

Выразительно читали.

Пора итоги подводить,

Конкурсантов наградить.

**НАГРАЖДЕНИЕ**

А чтобы вы не забывали, как надо мыть руки я подарю вам эти алгоритмы (дарит по алгоритму на группу и ароматное мыло).

Оставайтесь **чистыми и здоровыми**. До новых встреч!!!

**Приложение 5**

**Сюжетно - ролевая игра “Игрушки у врача”**

**Цель:** создание условий для обучения детей уходу за больными и пользованию медицинскими инструментами, воспитывать в детях внимательность, чуткость, расширять словарный запас: ввести понятия «больница», «больной», «лечение», «лекарства», «температура», «стационар».

**Оборудование:** куклы, игрушечные зверята, медицинские инструменты: термометр, шприц, таблетки, ложечка, фонендоскоп, вата, баночки с лекарствами, бинт, халат и чепчик для врача.

**Ход игры:** воспитатель предлагает поиграть, выбираются Доктор и Медсестра, остальные дети берут в руки игрушечных зверюшек и кукол, приходят в поликлинику на прием. К врачу обращаются пациенты с различными заболеваниями: у мишки болят зубы, потому что он ел много сладкого, кукла Маша прищемила дверью пальчик и т. д. Уточняем действия: Доктор осматривает больного, назначает ему лечение, а Медсестра выполняет его указания. Некоторые больные требуют стационарного лечения, их кладут в больницу. Дети старшего дошкольного возраста могут выбрать несколько разных специалистов – терапевта, окулиста, хирурга и других известных детям врачей. Попадая на приём, игрушки рассказывают, почему они попали к врачу, воспитатель обсуждает с детьми, можно ли было этого избежать, говорит, что нужно с большей заботой относиться к своему здоровью. В ходе игры дети наблюдают за тем, как врач лечит больных – делает перевязки, измеряет температуру. Воспитатель оценивает, как дети общаются между собой, напоминает о том, чтобы выздоровевшие игрушки не забывали благодарить врача за оказанную помощь.

**Приложение 6**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

***ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ЛАДУШКИ»***

|  |  |
| --- | --- |
| *Ладушки- ладошки*  *У ребяток-крошек*  *Кашку варили,*  *Кукол кормили.*  *Так!*  *Ладушки – ладошки*  *У ребяток – крошек*  *Молотком стучали,*  *Гвоздик забивали.*  *Так!*  *Ладушки – ладошки*  *У ребяток – крошек*  *Пирожки лепили,*  *В печку садили.*  *Так!*  *Ладушки – ладошки*  *У ребяток – крошек*  *Весело плясали,*  *Звонко ударяли.*  *Так!*  *Ладушки – ладошки*  *У ребяток – крошек*  *Очень устали,*  *Крепко засыпали.*  *Так!* | *Вытягивают вперёд руки и поворачивают ладони вверх – вниз.*  *Водят указательным пальцем одной руки по ладони другой.*  *Вытягивают руки вперёд ладонями вверх.*  *Поворачивать ладони вверх – вниз.*  *Стучать кулаками друг о друга.*  *Сильно ударяют кулаками.*  *Движения те же.*  *То одна рука сверху, то другая.*  *Вытягивают вперёд руки ладонями вверх.*  *Движения те же.*  *Хлопают в ладоши.*  *Один раз громко хлопают в ладоши.*  *Движения те же.*  *Прижимают ладони друг к другу и кладут под щёчку.* |

***ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ЛАПУШКИ – ЛАДУШКИ»***

|  |  |
| --- | --- |
| *Лапушки – ладушки испекли оладушки.*  *На окно поставили, остывать оставили.*  *Воробушки прилетали,*  *Оладушки расклевали.*  *Хоп-хоп – полетели,*  *На головку сели!* | *«Пекут пирожки» (то одна рука сверху, то другая).*  *Протягивают вперёд руки, развернув ладонями вверх.*  *Взмахивают кистями рук, как крыльями.*  *Постукивают указательными пальчиками по коленям.*  *Поднимают руки вверх и взмахивают кистями.*  *Кладут ладони на голову.* |

***ПЕСНЯ С ДВИЖЕНИЯМИ «ЛАДУШКИ»***

|  |  |
| --- | --- |
| *Ладушки, ладушки! Где были? У бабушки.*  *Испекла нам бабушка сладкие оладушки.*  *Маслом поливала,*  *Деткам давала –*  *Коле два, Оле два, Ване – два, Тане два –*  *Всем дала!* | *Хлопают в ладоши.*  *«Пекут пирожки».*  *Гладят ладонью одной руки ладонь другой.*  *Протягивают ладони вперёд.*  *Сжимают пальцы одной руки в кулак и по очереди разжимают пальцы, начиная с мизинца.*  *Вытягивают ладони вперёд.* |

***УПРАЖНЕНИЕ «КИСКА»***

***на развитие координации речи и движения***

|  |  |
| --- | --- |
| *Лапки мыла киска –*  *Вот так, вот так!*  *Ушки мыла киска -*  *Вот так, вот так!*  *Киска мыла носик*  *И пушистый хвостик.*  *Стала киска чистая,*  *Красивая, пушистая.* | *Дети показывают, как моют ручки – «лапки».*  *Трут ладонями ушки.*  *Трут ладошкой нос.*  *Гладят низ спины.*  *Сгибают руки – «лапки» перед грудью и выполняют повороты корпуса вправо – влево.* |

***РИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «БАРАШЕК»***

|  |  |
| --- | --- |
| *Подстригается барашек –*  *Чик- чик, чик-чик-чик,*  *Не жалеет он кудряшек –*  *Чик – чик, чик-чик-чик,*  *Знает: надо подождать –*  *Чик-чик, чик-чик-чик,*  *Кудри вырастут опять –*  *Чик – чик, чик-чик-чик.* | *Дети «стригут» указательным и большим пальцами, как ножницами, в ритме стихотворения.*  *Здесь и далее движения повторяются.* |

***Пальчиковая игра «ВАРИМ СУП»***

|  |  |
| --- | --- |
| *Эй, ребята! Эге-гей!*  *Чистим овощи для щей.*  *Режем мы капусту –*  *Будет супчик вкусный.*  *Чистим мы картошку,*  *Чистим очень ловко,*  *Мы натрём морковку,*  *Красную головку.*  *А потом, а потом*  *Мы покрошим помидор,*  *И головку лучка,*  *И зубок чесночка.*  *Мы посолим супчик.*  *Попробуй, голубчик!* | *Дети хлопают в ладоши.*  *Ставят ладони параллельно друг другу, пальцы выпрямлены. Поочерёдно поднимают и опускают ладони («рубят»).*  *Поглаживают пальцами правой руки тыльную сторону левой ладони.*  *Сгибают руки в локтях, сжимают пальцы в кулаки и поднимают их к плечам. Одновременно опускают и поднимают руки («трут морковь»).*  *Стучат по левой ладони ребром правой.*  *Мелко перебирают пальцами правой руки, собранными в щепоть («солят»).*  *Протягивают обе ладони вперёд.* |

**Дыхательная гимнастика**

**"Пузырьки”**  
Малыши делают глубокий вдох через нос, надувают «щёчки – пузырики» и медленно выдыхают через чуть приоткрытый рот.   
   
**"Носик - насосик”**  
Дети ставят руки на пояс, делают “пружинку” - слегка приседают – вдох, выпрямляются – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, "пружинка” сжимается, вдох и выдох длительнее.

**“Говорушки”**  
Педагог задаёт вопросы, ребёнок отвечает.  
Дождик песенку поёт? Кап - кап - кап!

Погулять нам не даёт? Кап - кап - кап!

Очень мы хотим гулять? Да - да - да!

Через лужицы скакать? Да - да - да!

Можно ещё попеть гласные звуки: а-а-а-аааа, о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

**Динамические паузы**

Я прошу подняться вас – это «раз»,

Повернулась голова — это «два».

Руки вниз, вперед, смотри – это «три».

С силой их к плечам прижать – это «пять».

Всем ребятам тихо сесть – это «шесть».

Мы становимся всё выше,

Достаём руками крыши.

На два счета поднялись

Три, четыре – руки вниз.

Два хлопка над головой,

Два хлопка перед собой,

Две руки за спину спрячем,

И на двух ногах поскачем!

В комнату вошёл мой папа (шаги с высоким подниманием ног)

Мама убрала в шкаф шляпу (встать на цыпочки, руки вверх)

В конуру залез наш пес (присесть, руки к коленям)

Паша нам арбуз принёс. (встать, развести руки в сторону)

Раз, два, три, четыре –

Топаем ногами.

Раз, два, три, четыре –

Хлопаем руками.

Руки вытянуть пошире -

Раз, два, три, четыре.

Наклониться – три, четыре,

И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку,

Все мы делаем зарядку.

**Приложение 7**

**ИГРЫ - ЭСТАФЕТЫ**

**Аттракцион “Нет микробам!”**

Дети надевают перчатки и переносят в отдельные контейнеры колючие мячики - “Микробы”

**Эстафета “Вирус победим!”**

На мольбертах картинки микробов, дети бегут с пульверизатором, в котором мыльная вода и брызгают

**Игра «Соблюдай дистанцию”**

Игра по типу “Займи своё место”. Дети двигаются поскоками под весёлую музыку по залу, с окончанием музыки встают на “горошинки” (метки из клеёнки, которые разложены на расстоянии 1 метра друг от друга). Кто не успел занять место, выбывает.

**Эстафета " Витамины"**

Команды перевозят на грузовых машинах овощи. Дети делятся на 3 команды. Каждая перевозит определённый овощ (картофель, лук, морковь)

**Эстафета «Нужные предметы»**

Дети делятся на команды. Напротив каждой команды у противоположной стены стоят столы, на которых находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, игрушки и лишние принадлежности)

Детям бегут по очереди к своему столу, выбирают нужный предмет гигиены, возвращаются, передают эстафету. Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справиться со своим заданием.

**Приложение 8**

**Произведения художественной литературы по формированию основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.**

К. Чуковский “Айболит”

В. Бондаренко «Где здоровье медвежье»

В. Беспалов «Голубая льдинка»

С. Афонькин «Как победить простуду?» и «Откуда берётся болезнь?»

Стихи о зарядке: Г. Граубина, Е. Ильина, Л. Мезинова, С. Пркофьевой, Г. Сапгира

Рассказы Ч. Янчарского «Приключения Мишки-Ушастика»,

А. Барто “Девочка чумазая”

К. Чуковский “Мойдодыр”, “Федорино горе”

**Развивающий мультфильм про микробов**

<https://youtu.be/_0WOaENpc60>