

МКҚК № 11 «Аружан» бөбекжай-бақшасы

«Денсаулық еліне саяхат»

Ашық іс-әрекеті. № 5 «Күншуақ»



Тәрбиешілер: Сулейменова К.А.

Шымкент 2021 ж

Білім саласы : « Денсаулық» , « Таным» , « Қатынас».

Тақырыбы: **«Денсаулық еліне саяхат»**

Мақсаты :Балаларды өз денсаулығына күтім жасай білуге тәрбиелеу, ағзасын сауықтырудың карапайым тәсілдерін меңгерту. Дәрумендердің адам денсаулығы үшін маңызы туралы түсінігін бекіту.Есте сақтауын,ойлауын,монологты тілін дамыту,шығармашылық қабілеттерін ашуға ықпал ету.

Қолданылатын көрнекі құралдар : «Денсаулық елі» жазуы бар шарлар,Патшаның костюмі, «Ғажайып дорба» дидактикалық ойынына арналған жеке гигиена заттары,ағаштың макеті ,«Ғажайып ағаш» дидактикалық ойынына арналған жеміс-жидек,азық-түлік суреті салынған карточкалар ,дәрумендер бас киімі(А, В, С, Д,Е)

Балалар музыка әуенімен залға кіреді .

Тәр: Балалар бүгін бізде ерекше күн.Көптеген қонақтар келді.Шаттық шеңберіне тұрып, келген қонақтармен сәлемдесіп алайық.

Шаттық шеңбері:

Армысың,алтын күн
Армысың,Жер Ана
Армысыңдар достарым
Сендерді көрсем қуанам
Сәләметсіздерме қонақтар!

Жарайсыңдар балалар!

Балалар бүгін біз денсаулық туралы әңгімелесеміз .Деніміз сау болуы үшін не істеуіміз керек?

Балалар: Дұрыс тамақтануымыз керек ,таза жүруіміз керек,таза ауада серуендеуіміз керек ,жаттығу жасау керек,жеміс-жидектерді көп жеу керек.

Тәрбиеші: Жарайсыңдар,онда,балалар қазір ғажайып «Денсаулық» еліне аттанайық.

Күтпеген жерден Салақ пен Кірқожалақ пайда болады .

Тәрбиеші: Мынау бала ,бетін қара ,
Кір-қожалақ қап қара.
Шашы өсен,тырнақ көптен
Алынбапты масқара!

-Сендер кімсіңдер? Жауап беріңдер!



Кірқожалақ : Кім екенімізді табыңдар!

Жуынуды ұнатпаймын ,
Жөке,сабынмен достаспаймын,
Лас боп жүргенді ұнатамын ,
Сондықтан да Кірқожалақпын!

Салақ: Шындықты егер айтсам мен ,
Дос емеспін тазалықпен,
Неге екенін білмеймін,
Ретсіз менің киімдерім.
Қалай болса шашылып ,
Қалады менің заттарым ,
Сондықтан да бәрі де,
Айтады –сен салқсың!

Тәрбиеші: Сендер бізге неге келдіңдер?

Кірқожалақ:Біз өзімізге дос іздеп келдік.

Салақ:Бұл балалардың арасында салақтар мен кірқожалақтар бар шығар.

Тәрбиеші: Жолдарың онда болмапты,
Арамыздан достарды
Сендерге табу бұйырмапты!

Алинур: Біз тазалықты жақсы көрмйтіндермен дос болмаймыз!

Кірқожалақ пен Салақ:
-Өтініміз,бізді қуа көрмеңіздер!

Тәрбиеші: -Балалар,мүмкін оларды өзімізбен бірге «Денсаулық» еліне алып
барамыз,оларды тазалыққа ,әдептілікке үйретейік.

Балалар :Иә! Деп

Тәрбиеші: (Салақ пен Кірқожалаққа қарап)
-Бізбен «Денсаулық» еліне барғыларың келеме?

Кірқожалақ: -Ол қандай жер?

Салақ: -Ол жерде қорқынышты емес пе?

Тәрбиеші:- Қорқатын ешнәрсе жоқ .Балалар сендерге көмектеседі.



Кірқожалақ пен Салақ: -Онда біз келістік!

Балалар сахнада шеңбер жасап, «Әуе шарында ұшады».

Кіре беріс-аркада күзетшілер тұрады.

1.Күзетші: Біздің сұрақтарға жауап бермесендер , «Денсаулық» еліне кіргізбейміз!

2.Күзетші: Сендер дорба ішінен сипап-сезу арқылы жеке гигиена заттарын танып, атауларың керек.

Дидактикалық ойын «Ғажайып қоржын».

1.Күзетші: Енді біз сендерге жұмбақ жасырамыз.

Иілсең иіліп,
Түйілсең түйіліп
Қарайды кісіге
Ұқыпты ісіне.
(айна)

Қолы жоқ,
Сөзі жоқ,
Бірақ тісі бар,
Басыңмен ісі бар.
(тарак)

Шомылған баланы
Аймалап алады.
Сипайды қолын да,
Сипайды жонын да.
(сүлгі)

Ертемен күнде сен
Қолыңды сүйкесең
Кетіп кір-ласың
Тап-таза боласың.
(сабын)

1.Күзетші:Жарайсыңдар!
Тапсырмаларды орындап шықтыңдар.

2.Күзетші: «Денсаулық» еліне хош келдіңдер!

«Денсулық» елінің патшасы шығып қарсы алады:

-Сәлеметсіңдерме балалар?! «Денсаулық» елінде сендерді көргеніме қуаныштымын!

-Сендер «денсаулығы мықты» дегенді қалай түсінесіңдер?

-Балалар жауабы: Ауырмай өсу,көңіл күйдің жақсы болуы.



-Дұрыс айтасындар балалар , халықта мынадай дана сөз бар:
«Денсаулығымды сақтаймын ,өзімді-өзім қолдаймын» деген

-Балалар біз өз денсаулығымызды қалай қалай нығайтуымызға болады?

-Балалар жауабы: Шынығу, жаттығу жасау, көлде шомылу, дұрыс тамақтану, таза ауада қыдыру, нүктелі массаж жасау.

-Жарайсындар балалар.

Бүгін мен сендерге өз-өздеріңе нүктелі массаж жасауды үйретемін.

Салақ: Массаж деген не ол?

-Бұл сипалау,уқалау.

Мұқият тыңдап , менімен бірге жасаңдар.

Өзіндік массаж
Мандайымызды жуайық,
Бетімізді жуайық,
Құлағымызды жуып біз, (саусақтың ұшымен сипау)
Қолды ды біз жуайық . (қолдарын үйкелейді)
Бәрін жудық !Тазамыз! (қолдарын жоғары көтереді)
Денсаулыққа есікті,айқара біз ашамыз!

-Балалар мен сендерге тағы бір құпиямды ашайын:Денсаулық мықты болу үшін , Микробтармен күресу үшін дәрумендер жеу керек және ағзаны зиянды түрлі аурулармен микробтардан сақтайды.Әр дәруменнің өз есімі бар,олар:
А, В, С, Д, Е.

(Дәрумен қалпақтарын киген балалар шығады.)

А дәрумені – мен бой өсіретін дәруменмін .Сонымен қатар көздің жақсы көруін сақтаймын.(Шырын)

В дәрумені – мен ішкен асты қорытуға көмектесемін. (Әдия)

С дәрумені – мен ағзаны нығайтып,аурулардан қорғаймын. (Асылый)

Д дәрумені – мен бой өсіру мен сүйек нығайтуда маңыздымын. (Зейін)

Е дәрумені – мені Е дәрумені деп атайды. Мен адам терісінің сау болуы үшін қажетпін. (Алинур)

Патша: Ал сендер дәрумендердің қайда өмір сүретінін білесіндерме?



Балалар: Дәрумендер көкөністерде, жеміс-жидектерде және басқа да азық-түліктерде өмір сүреді .

Патша: Балалар жаңа А дәрумені мен бой өсіретін дәруменмін ,сонымен қатар көздің жақсы көруін сақтаймын деді.

Олай болса бәріміз көзге арналған жаттығу жасап жіберейікші.

«Жан жағымызға қараймыз» көзге арналған жаттығу.

Жәймен ғана көзіңмен ,солға қара балақай,

Енді оңға қараймыз

Сол жағыңда кім отыр,тез жауап бер аңғармай

Енді оңға көзіңнің ,қиығыңмен сен қара ,

Оң жағыңда кім отыр, айтшы жәймен сыбырлап

Көтеріп сен басыңды ,жоғарыға бір қара ,

Көзіңді төмен түсіріп , аяғыңа сен қара .

Патша: Денсаулық болу үшін дұрыс тамақтану керек дейсіңдер. Оны қалай түсіндіресіңдер?

Кірқожалақ: Мен білемін,ол-лимонад пен шоколад.

Салақ: Жоқ ,ол-қуырылған картоп пен қытырлақ.

Патша: Балалар Кірқожалақ пен Салақтың айтқанына келісесіңдер ме?

Балалар: Жоқ ,дұрыс емес!

Патша: Балалар ,мен сендерді денсаулық бағбаны болуды ұсынамын. Бәріміз Ғажайып ағашты өсірейік.

«Ғажайып – ағаш» ойыны өткізіледі.Араласып жатқан жемістер , көкөністерді арасынан тауып іледі.

Патша:Жасаған жұмыстарыңа қарандаршы.Қандай тамаша ағаш , бүрлері (денсаулыққа) пайдалы жеміс беріпті.Жер ана пайдалы көкөністерін беріпті.

Патша: Олай болса балалар Ыбырай Алтынсариннің «Ең қымбат байлық» ертегісін рөлге бөліп ойнайық.

Патша: Балалар сендер денсаулық туралы қандай мақал – мәтелдер білесіңдер?

Балалар:

1.Нұрасыл: Тазалық-денсаулық кепілі

2.Қуанаыш: Денсаулық – зор байлық



- 3.Ирода: Денсаулық- Тіршілік
- 4.Алихан: Денсаулықсыз-бақыт жоқ
- 5.Ханшайым: Денсаулығың жақсы болса-ұйқың тыныш
- 6.Элияна: Жарқын күлкі-денсаулық
- 7.Адия: Денсаулығы жоқ адам ,
Тамырсыз ағашпен тең
- 8.Әділет:Денсаулықты сатып аламайсың.

Патша: Балалар тазалық туралы қандай өлең шумақтарын білесіңдер?

Мнемокестемен жұмыс:

Дос бол сабын,сумен сен,
Жиі-жиі жуын сен:
Таңертең де, кеште де,
Жуын күндіз-түсте де.
Жуын тамақ алдында,

Жуын тамақ соңында.
Жуын ұйықтар кезінде,
Жуын тұрған мезгілде.
Су мен сабын- бір жолдас
Жоймас олар кір болмас!

Ширин Адия
Тазалықты іздесең,
іздесең,
Мөлдір судан аласың.
керегі
Жиі-жиі жуынсаң ,
шашыңды,
Аппақ таза боласың
өреді.

Ханшайым
Тазалықты іздесең Тазалықты

Шампунь,сүлгі керегі. Айна тарақ

Бірі жуып шашыңды , Бірі тарап

Бірі сүртіп береді. Екіншісі

Патша: Кірқожалақ пен Салақ ,сендерге менің патшалығым ұнады ма?

Кірқожалақ пен Салақ: Ия ұнады.

Патша: Балалар сендерге ше?

Балалар: Ия ұнады.

Патша: Не білдіңдер? Не үйрендіңдер?

Балалар жауабы: Денсаулықтың жақсы болуы, таза жүру, ауырмай өсу, көңіл күйдің жақсы болуы ,дұрыс тамақтану, жаттығу жасау, дәрумендерді жеу керек.

Кірқожалақ пен Салақ: -Мен сендердің жүздеріңнен әдемі күлкіні көріп тұрмын. Ол өте жақсы! Себебі,көтеріңкі көңіл күй біздің денсаулығымыздың жақсы болуына көмектеседі. Ендеше әрқашан бір-бірімізге әсем күлкі сыйлап жүрейік. Бәріңе мықты денсаулық тілеймін! Денсаулық патшалығынан сендерге дәрумендерді сыйға тартамын.

Ән: « Денсаулық»





