Туберкулез ауруына қарсы санаторлық түрдегі «Нұр» балабақшасы

"Денсаулығымызды ауырмағышпен бірге нығайтамыз"

Тәрбиеші: Биммашева Г.Б.

2023-2024ж

"Денсаулығымызды ауырмағышпен бірге нығайтамыз"

Мақсаттар:

• өз денсаулығына деген саналы көзқарасты қалыптастыру;
• балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін қалыптастыру;
• балалардың физикалық денсаулығын нығайту. Суыққа төзімділікті арттыру;
• балаларды мейірімді, достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

Ойын-сауық барысы:

Жүргізуші-Ауырмағыш

Бүгін қандай керемет күн
Біз сағыныш пен жалқаулықты жоямыз
Біз жаттығуға жүгіреміз
Ал неге жүгіру, ойнау, жаттығу жасауымыз керек?

Балалар: дені сау болу үшін

Жүргізуші – Ауырмағыш:

Тек ол әрқашан сау,
Дәрігерлердің кеңесі бойынша кімдер,
Шынығуды өте жақсы көреді,
Спортпен шұғылданғанды ұнатады
Айтыңыздаршы балалар,
Таңертең жаттығулар жасадыңыз ба?

Балалар. Иә

Ауырмағыш:

"Біз барамыз" жаттығуы

Біз досымыздың қасына қадам басамыз
Орман және жасыл шалғын. (орнында жүру)
Көпір екі жаққа бұрылды, (қолды бір жақтан екінші жаққа сермеу)
Ал оның астында ағын күлді. (қолдар жоғары, төмен)
Біз саусақтарымызбен жүреміз, (орнында саусақпен жүру)
Біз сол жағалауға көшеміз.
Біз жүреміз, жүреміз, жүреміз (тізені жоғары көтеріп, орнында жүру)
Ал біз батпаққа жақындаймыз.
Кедергіден бірден өтейік –
Және секіру, секіру, секіру соққыларында. (орнында екі аяқпен секіру)
Біз жүреміз, жүреміз, (орнында жүру)
Біз қолымызды жоғары көтереміз, (қолдар бүйірден жоғары)
Біз біркелкі терең тыныс аламыз
Қалай оңай жүру керектігін қараңыз!

Түлкі: О, сен мұнда не істеп жүрсің, мені шақырған жоқ па?

Жүргізуші-Ауырмағыш: Біз өз денсаулығымызбен айналысамыз

Жүргізуші - Ауырмағыш.

Назар аударыңыз! Назар аударыңыз!
Мен сізге хабарлауға асығамын
Бүгін саяхатқа
Мен сіздерді шақырғым келеді!
Теңіздердің арғы жағында, ормандардың арғы жағында.

Алып ел бар
Ол "Дені сау адамдар" елі деп аталады.
Түлкі бізбен бірге барасың ба?
Түлкі: содан кейін!
Жүргізуші- Ауырмағыш:
Жолға барамыз, денсаулығымыз үшін жолға шығамыз. Алда көптеген кедергілер бар. Қиын жол болады! Оны жеңу үшін. Біз терлеуіміз керек (балалар бір-бірден сапқа тұрады)
Біз бір-біріміздің артымыздан жүреміз (бір-біріміздің артымыздан жүру)
Орман және жасыл шалғын
Әрі қарай, әрі қарай жүреміз
Аяқтарды жоғары көтереміз
Бір, екі, үш, төрт –
Қаттырақ қадам, кеңірек серпілу,
Көңілді бол, досым, жүр,
Батыл болыңыз!
Біз үңгірге жорғалаймыз (қолдар мен тізелермен доғалардың астында жорғалаймыз
тізе мен алақанға тіреу арқылы.)
Біз көптеген жаңа нәрселерді табамыз.
Біз көпірден өтеміз (көпірден өтеміз)
Біз сол жағалауға жетеміз
Ал енді орнында тоқта!
Және солға (оңға) бұрылу.

Жүргізуші-Ауырмағыш:
Міне тамшылар
Жолда қағып кетті.
Бұлт келе жатыр
Жаңбыр басталады.
Ал біз тамшыларымызбен аздап ойнаймыз – шеңберге тұрыңыз!
Балалар мен ересектер шеңбер бойымен тұрып, массаж жасайды
"Көңілді тамшылар", "Жаңбырдың дауысы" фонограммасы қолданылады:
1) "Жаңбыр басталады" – саусақтармен жеңіл жанасу.
2) "Қатты жаңбыр" - саусақтардың барлық жастықшаларына белсенді тию.
3) "Нөсер" - алақанмен уқалау, жоғарыдан төмен сипау.
4) "Жаңбыр тоқтайды" - саусақ массажына біртіндеп оралу.
Түлкі: мен сіздің массажыңызды есімде сақтаймын және оны ормандағы достарыммен бірге жасаймын.
Жүргізуші-Ауырмағыш:
Жаңбырдан кейін таза және ылғалды ауа…
Таза ауа денсаулыққа пайдалы деп ойлайсыз ба?
Балалар: Иә, бұл пайдалы. (Балалардың жауаптары)
Жүргізуші-Ауырмағыш:
Алақай! Біз дені сау адамдар еліне жеттік!
Доктор Айболит шығады

Айболит.

Сәлеметсіздер ме балалар,
Қыздар мен ұлдар
Мен сіздерді қарсы алғаныма қуаныштымын
Дені сау елде.
Сіз немен келдіңіз?
Сіздің ауруыңыз кім?

Жүргізуші -Ауырмағыш: Сәлеметсіз бе, доктор Айболит. Бүгін бізде мереке бар, барлығы сау және көңілді.

Айболит:

Бұл мүмкін емес! Мен мұны тексеруім керек (айналып өтуді бастаймын).
Қазір көзілдіріктің астынан қарап тұрмын
Тілдеріңіздің ұштарында.

Жүргізуші - Ауырмағыш.

Біз денсаулығымызды нығайтқымыз келеді.

Айболит: Керемет достар, мен сендерге денсаулықты сақтау және нығайту бойынша көптеген пайдалы кеңестер беремін, енді біз ойнаймыз және денсаулығымызды нығайтамыз.

"ДОКТОР АЙБОЛИТ" ЭСТАФЕТАСЫ.

Балалар тобы екі командаға бөлінеді. Команда капитандарының қолдарында бір термометр (түйреуіштер) бар. Әр командаға қарама-қарсы орындықта температурасын өлшеу керек бала отырады. Бірінші қатысушы жүгіріп, термометрді (түйреуішті) қолының астына қойып, өз командасына оралады. Екінші қатысушы жүгіріп келіп, науқастан термометрді (түйреуішті) алып, жүгіріп командаға оралады.

Эстафетадан кейін балалар орындарына отырады.

Айболит:

Жарайсыңдар, балалар, мен сендердің барлығың епті, батыл және шапшаң екендеріңді көремін.

Сізге кеңес бермес бұрын
Құпияларды тап.
Мен бастаймын, ал сендер аяқтайсыңдар
Хормен бірге жауап беріңіз.
Дені сау, таза болу үшін
Қолды жуу керек ... (сабынмен жуу керек)
Денсаулық тәртіпте
Рахмет... (жаттығу)
Күн сайын сабырлы болыңыз.
Суық су... (құйыңыз)
Ол ғана ауырмайды,
Дені сау және сүйетіндер ... (спорт)
Өзіңізді тамақ ауруынан қорғаңыз
Бізге көмектесіңіз ... (витаминдер)
Жарайсыңдар, құпияларды болжадыңдар

Дәрігерлер Айболит:

Мен сендерге айтайын, балалар,
Қазір бізде бәрі тәртіппен,
Ренжуге негіз жоқ,
Мен барлығына дәрумендермен емдеймін.
Сау болыңыз және тырысыңыз,
Спортпен дос болыңыз және сабырлы болыңыз.
Барлығын алмамен емдейді.
Қош бол, күндер!

Түлкі: Рахмет балалар, енді мен гигиена ережелері мен денсаулық туралы бәрін білемін. Күн сайын жаттығулар жасау керек және дәрумендердің пайдасы туралы. Мен сіздермен достасқаным сондай керемет. Мен барып, барлық ертегі кейіпкерлеріне денсаулығым туралы айтатын кез келді. Кездескенше!

Жүргізуші-Ауырмағыш: Сонымен біз дені сау адамдардың елінде болдық. Балалар сендерге ұнады ма? Мен сендерге балаларыңның әкелерің мен шешелеріңнің қуанышы үшін тілалғыш және дені сау болып өсуіне тілектеспін. Сау болыңыздар!

Жүргізуші-Ауырмағыш: Біз бүгін осымен аяқтаймыз және кетеміз, денемізді дәрумендермен нығайтамыз