**«Чтобы глазки не болели»**



**Тема** **"Чтобы глазки не болели".**

**Программное содержание:** Учить детей беречь глаза от пыли, грязи; учить ухаживать за глазами. Прививать детям культурно-гигиенические навыки - необходимость и польза умывания, купания.

Заучивание потешки "Водичка-водичка:"

**Материал:**кукла с перепачканным лицом (вокруг глаз) и руками, тазик с водой, полотенце.

**Ход занятия**

1-я часть. Взрослый предлагает поиграть с водой, но сначала ответить на вопросы: "Для чего нужна вода?", "Что было бы, если бы не было воды?" (Размышления детей).

2-я часть. Раздается плач куклы.

Взрослый . А, это кто у нас плачет? Снова раздается плач куклы. Давай поищем, кто плачет. Вместе ищут, заходят в спальню, на кухню, вванну, ищут в комнате. Находят куклу. Она сидит в углу возле окна и громко плачет. Воспитатель вместе с детьми: Здравствуй кукла.

- Как тебя зовут?

- Маруся.

- Маруся, почему ты плачешь?

- Я играла в песочнице, руками рыла яму. Мне что-то попало в глаз, я стала руками тереть оба глаза. Мне больно а-а-а-а. воспитатель берет куклу на руки.

- Не плачь Маруся, мы тебе поможем, вылечим твои глаза. Правда? (да).

- Кто из вас знает, как помочь Марусе? Что надо сделать? Ответы ребенка

Взрослый и ребенок подходят к столу, на котором стоит тазик с водой, мыльница с мылом, лежит чистое полотенце. Правильно, сначала надо вымыть руки с мылом, а затем глаза, лицо.

Взрослый сопровождает свои действия объяснением.

- Намочу руки. Опускаю Марусины руки в таз с водой.

- Возьму мыло.

- Намылю мылом Марусины руки. Потру мыло между ладонями.

- Круговыми движениями растираю мыло по тыльной стороне правой и левой кисти.

- Опускаю Марусины руки в тазик с водой, смываю пену.

- Мою лицо, в такой же последовательности. Обязательно закрыть глаза, чтобы не попала мыльная пена.

- Начинаю мыть глаза по направлению от края глаза к носу. Промываю глаза водой.

- Стряхнем воду с кистей (для того чтобы вода не разбрызгивалась по всему столу, сцепляем пальчики в "замочек" и стряхнем воду, держа руки в таком положении).

- Вытираем лицо, а затем руки.

- Полюбуйтесь на Марусю, какая она чистая.

- Маруся, а сейчас твои глаза не болят. Нет.

- А ты знаешь правила гигиены для глаз, расскажи. Выслушивает ответыребенка, затем называет правила.

Береги зрение!

* Каждое утро и перед сном умывайся прохладной водой.
* Не три глаза грязными руками.
* Береги глаза от пыли, грязи.
* Не смотри долго телевизор.
* Не садись близко к телевизору, во время просмотра детских передач.
* Не рассматривай картинки в книге лежа и при плохом освещении.
* Не играй в опасные для глаз игры.

3-я часть. Взрослый предлагает послушать потешку:

Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щечки краснели,}
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок!

Повторить потешку несколько раз, имитируя процесс умывания.

**"Гимнастика для глаз"**

**Программные задачи:** Учить детей самостоятельно делать гимнастику, повторять движения завзрослым. Закрепить знания детей об органе зрения. Продолжать формировать гигиенические навыки по уходу за глазами. Воспитывать потребность к здоровому образу жизни.

***Зарядка для глаз.***

Поморгайте (быстро закрыть и открыть глаза.) 10 раз.

Посмотрите на красный флажок(любой предмет) сейчас я буду перемещать его, двигаются только глаза. Повторить 3 раза

А сейчас вращайте глазами сначала влево, затем вправо, смотрим на флажок. Повторить 3 раза.

Поморгайте 5 раз.

Крепко закройте глаза, откройте.

Закройте один глаз, посмотрите на флажок.

Закройте другой глаз, посмотрите на флажок.

Поморгайте 10 раз.