

Конспект события для младшей группы «Профилактика гриппа»

Цель: формировать ценностное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни; познакомить с профилактическими мероприятиями, помогающими сохранить собственное здоровье на долгие годы.

Задачи:

Образовательные:

- сформировать у учащихся представление о гриппе как об остром инфекционном заболевании, его путях передачи и основных симптомах;
- обучить основным правилам профилактики гриппа и ОРВИ (личная гигиена, закаливание, режим дня, питание и т. д.);
- отработать алгоритм действий при появлении первых признаков заболевания;
- закрепить знания через интерактивные формы работы (игра, загадки и т.д.).

Развивающие:

- развивать умение анализировать информацию и делать выводы о взаимосвязи образа жизни и состояния здоровья;
- тренировать память и внимание в ходе игры «Ромашка» и отгадывания загадок;
- формировать умение применять полученные знания в реальных жизненных ситуациях.

Воспитательные:

- воспитывать ответственное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- прививать навыки соблюдения правил личной гигиены и профилактических мер в период эпидемий;
- способствовать формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни (ЗОЖ);
- развивать коммуникативные навыки в ходе группового обсуждения («Мозговой штурм»);
- воспитывать взаимопомощь и заботу о ближних (например, использование масок при болезни, изоляция заболевшего).

Оборудование:

- плакат или презентация с информацией о гриппе (определение, симптомы, путь и передачи, статистика);
- изображения или муляжи предметов, связанных с профилактикой (маска, градусник, фрукты/овощи, мыло, спортивная форма и т. п.);
- одноразовая медицинская маска;

- спиртовые салфетки или антисептик;
- проектор и экран (если используется презентация).

Ход события:

1. Организационный этап.

- Здравствуйте, дорогие ребята!

При встрече люди издревле желали друг другу здоровья:

«Здравствуйте, доброго здоровья!»

«Как ваше драгоценное здоровье?!»

И это не случайно. Ведь ещё очень давно говорили: «Здоровья не купишь»,

«Дал бы здоровья, а счастья найдёшь»

Вопрос: - Что значит быть здоровым? От кого зависит здоровье человека?

Что может повлиять на состояние здоровья?

(Образ жизни, состояние окружающей среды – природы, питание)

- Конечно, вы все верно называете, кушать овощи и фрукты, поменьше сладостей, ходит на прогулки и заниматься спортом, делать зарядку, чистить зубы и купаться.

2. Основной этап.

- А сейчас я вам предлагаю выучить некоторые пословицы о здоровье, у меня есть большой цветочек ромашка, который и расскажет нам эти пословицы.

Игра «Ромашка»

На лепестках ромашки записана первая половина пословицы и мы должны ее с вами продолжить...

В здоровом теле, (здоровый дух)

Голову держи в холоде, (а ноги в тепле)

Заболел живот, держи (закрытым рот)

Быстрого и ловкого (болезнь не догонит)

Землю сушит зной, человека (болезни)

К слабому и болезнь (пристает)

Поработал (отдохни)

Любящий чистоту – (будет здоровым)

- Вы видите, что про здоровье люди думали и в древности, ведь пословицы - это народная мудрость.

- Молодцы, внимательно слушали и предлагали свои варианты.

Мозговой штурм

- Ребята, а скажите мне пожалуйста, когда человек здоров, он что делает, какой он, и когда человек болеет, какой он?, отвечаем по очереди.

Когда я здоровый...

Когда я больной...

- Отлично, вы привели очень много примеров, а скажите пожалуйста, лучше всегда болеть или все-таки быть здоровым?

- Конечно, здоровье это залог радости и счастья, как вы уже и сказали.

- Сейчас наступила весна, за окном все еще холодно, то и дело нависают тяжелые стальные тучи и завершают унылую картину холодным и мокрым снегом. Мы все еще с вами носим теплую одежду, но иногда мы начинаем рано переодеваться в весеннюю одежду и можем промерзнуть, застудить ноги и т.д. Начало весны всегда связано с всплеском простуд и вирусов. Все чаще детки начинают болеть. Вирусные инфекции протекают с высокой температурой и плохим самочувствием. Организм, особенно детский, не всегда может вовремя дать отпор болезни. Каждый раз иммунитет должен выработать новые защитные свойства. Нужно соблюдать простые правила, чтобы иммунитет смог побороться с любым вирусом и микробами. Грамотная профилактика гриппа - уже половина победы. Вы уже поняли, что речь сегодня пойдет о ГРИППЕ.

- Давайте, сейчас встанем на ноги и немного отдохнем, тем более, что разминки очень важны для здоровья.

Физкультминутка.

По коленочкам ударим - (Присели, хлопаем по коленям.)

Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем - (Встали, руки подняли вверх.)

Выше, выше, выше.

Завертелись наши ручки, (Круги руками над головой.)

Снова опустились.

Мы на месте покружились - (Кружимся.)

И остановились.

Загадки.

- Сейчас отгадываем загадки.

"У меня печальный вид -

Голова моя болит,

Я чихаю, я охрип.

Что такое? Это - ... грипп!"

Горяча и холодна

Я всегда тебе нужна.

Позовёшь меня – бегу,

От болезней берегу. (Вода)

Чтобы не был хилым, вялым,

Не лежал под одеялом,

Не хворал и был в порядке,
Делай каждый день...(зарядку).

Болею мне некогда друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И я собою очень горд,
Что дарит мне здоровье...(спорт).

- Существуют, ребята, **правила**, которые помогут вам не заболеть, соблюдая их вы уменьшаете риск заболевания.

1 шаг: тщательно мой руки перед едой. На твоих руках находится большое количество микробов и бактерий.

2 шаг: Закаляйся. Закаливание – это специальная тренировка, которая помогает быть здоровым. Для того чтобы не бояться холода, нужно чаще бывать на свежем воздухе, обливаться прохладной водой, купаться. Закаливанием нужно заниматься только с родителями.

3 шаг: Делай зарядку каждое утро. Для того чтобы тело было гибким, здоровым, сильным и красивым, надо регулярно делать зарядку, она поможет еще и защитить организм от болезней.

4 шаг: Ешь много овощей и фруктов. Они также помогают защититься от болезней, а еще укрепляют организм, потому что содержат витамины и полезные вещества.

5 шаг: Проветривай свою комнату. На вещах и предметах в твоей комнате оседает пыль, различные микробы и бактерии. Для того чтобы все это не попадало в твой организм, очень важно проветривать помещение, где ты спишь, играешь. Это делают родители, а ты напоминай им об этом.

6 шаг: Береги свое здоровье. Если рядом с тобой кто-то болеет, надень специальную маску, она тебя защитит от заболевания.

7 шаг: Не переохлаждайся, одевайся по погоде.

8 шаг: Чтобы не заболеть, следуй советам врачей и не бойся делать прививки от гриппа.

- Ребята, сегодня вам совместно с вашими мамами и папами я предлагаю поучаствовать в конкурсе детских рисунков «Все о профилактике гриппа». Мы с вами все изучили, проговорили о правилах, которые помогут вам беречь свое здоровье от вирусов.

3. Заключительный этап (рефлексия)

- Что полезного узнали сегодня?

- Какие правила запомнили?

- Расскажите ли вы дома о том, что узнали сегодня на занятии?

- Очень ждем ваши рисунки. Удачи вам!