

ПЛАН
занятий цикла **"Быть здоровыми хотим"**

Месяц	Направление	Тема
Сентябрь	«Чисто не там, где часто убирают, а там, где не сорят»	Окружающая среда и умение заботиться о ней.
Октябрь	«Чистота – залог здоровья»	«Водичка, водичка – умой мое личико» «Береги зубы с молодости»
Ноябрь	«Семь раз отмерь – один раз отрежь»	Обращение с инструментами (молоток, нож, отвертка, ножницы и др.) Обращение с веществами (таблетки, кислоты, стекло, пуговицы и др.)
Декабрь	«Наш доктор»	Оказание первой медицинской помощи при ссадинах, падениях, порезах. Оказание первой медицинской помощи при обморожении и солнечном ударе.
Январь	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Утренняя гимнастика, оздоровительный бег. Точечный массаж и дыхательная гимнастика.
Февраль	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Минутки-пробудки. Босиком от простуды и болезней (дорожка здоровья, солевые дорожки)
Март	«Человеку о человеке»	Что я знаю о себе. Развитие слуха у человека. Кровеносная система, сердце.
Апрель	«А сама то величава, выступает словно пава».	Беседа о правильной осанке, профилактике плоскостопия. Береги глаза с детства.
Май	«Зеленая аптека»	Ознакомление с полезными и вредными растениями. Ознакомление со съедобными и ядовитыми грибами.
Июнь	«Советы доктора Пилюлькина»	Правила обработки овощей и фруктов. Правила правильного питания.

Конспект беседы:

«Окружающая среда и умение заботиться о ней».

Цель. *Продолжать учить детей заботиться об окружающей среде, выполнять трудовые поручения, воспитывать трудолюбие, уважать труд взрослых.*

Сегодня, идя на работу, я встретила странного мальчишку. Совсем маленький, не выше табуретки, но такой живой, быстрый, смелый. То на одной ноге скачет, то прыгает, то вертится как юла. И говорит отлично! Кто такой, думаю? Оказывается это игрушечный мальчик, робот-игрушка. Таких в магазине еще нет. Мальчик сказал мне, что он убежал с фабрики, на которой его сделали. Когда я пришла и открыла сумку, то заметила, что игрушечный мальчик притаился в сумке. Спрятался как-то незаметно. Маленький ведь он. Ну что тут поделаешь?! Решила я его оставить у себя. Очень он просил сделать из него, робота, настоящего живого мальчишку. Если бы я только знала, сколько хлопот доставит этот шалун и непоседа. Мы познакомились. Оказалось, что зовут его Стобед - т.е. тот, кто попадает в разные беды-приключения.

А началось все в тот же день. Вышли мы с ним на улицу, я угостила Стобеда конфетой. Он промычал в ответ: "Спасибо!" с набитым ртом, а бумажку от конфеты бросил на асфальт рядом с собой, потом еще пнул ее ногой.

Бумажку подхватил ветер и понес по дороге. Я сказала Стобеду, что нельзя бросать мусор на тротуар, дорогу или в кусты. Но Стобед только махнул рукой и продолжал жевать.

И вот решила привести его сегодня к нам в группу и рассказать Стобеду, почему же нельзя оставлять мусор на улице.

- Стобед, ты обратил внимание, что каждое утро вся площадь вокруг здания детского сада подметена, все убрано - нет ни бумажки, ни веток, ни песка на асфальте. Ты не знаешь кто убирает двор детского сада. Он ответил, что, наверное, прилетал какой-нибудь волшебник, поколдовал и весь мусор исчез. Или приезжала робот-машина и все убрала. Нет, говорю, - не волшебник и не машина. Человеческие руки заботливо наводят порядок на территории детского сада. Подметает и убирает мусор наш дворник, её зовут Наталья Ивановна. Она каждое утро рано встает, приходит на работу, раньше всех, чтобы до прихода детворы навести чистоту на территории детского сада.

Я думала, что на этом приключения Стобеда закончились, он все понял, но нет. Ему, роботу, многому еще нужно научиться, чтобы стать живым мальчишкой .

Бот однажды, придя в детский сад, Стобед побежал впереди меня, сам разделся и, взяв книжку, уселся ее читать, Я подумала, ну наконец-то мой Стобед начинает осваиваться. А сама вышла. Вернувшись, вдруг увидела на полу в прихожей разбросанную обувь, и его одежда лежала тут же на полу. Зайдя в спальню, смогла сказать только: "Ах!", потому что все одеяла были сброшены с кроватей, повсюду пух и перья. Я стала искать Стобеда. Заглядывала под кровати, искала в шкафчиках для одежды, но его нигде не было. И тогда я заглянула в комнату для умывания. Но что я там увидела. Оказывается, мой дорогой Стобед стоял по колено в воде (ведь сам-то он маленький, из крана льется вода, полотенце смято и плавает в воде, повсюду плавают бумажные корабли.

Я спросила его, чем он здесь занимается. А Стобед ответил, что он играет в пиратов и попросил не мешать ему. Пришлось мне закрыть кран, вытащить из воды горе-Стобеда, убрать "поле боя". Насухо вытерев Стобеда и завернув его в полотенце, я взяла его на руки и вошла в спальню.

- Стобед, - говорю ему, - расскажи мне, пожалуйста, почему здесь все одеяла и подушки лежат на полу? Ты что разве не знаешь, что люди на кроватях спят, а после сна одеяло и подушку аккуратно кладут на кровати - застилают кровать.

- По правде сказать, то мне лучше было лежать на полу - так интереснее, - ответил мне Стобед. - А кровать застилать я не умею вовсе, - признался мне мальчишка и, опустив голову, шмыгнул носом.

- Тогда давай я покажу и расскажу тебе, как нужно застилать кровать.

Кровать начинают застилать не с подушки, и даже не с покрывала, а с простыни. Всегда важно, чтобы на простыни не было соринки, поэтому сначала простынь нужно встряхнуть. Только после этого можно накрыть матрас простыней. Теперь можно взяться за одеяло и подушку. У подушки и одеяла, как и у людей есть одежда - это наволочка и пододеяльник. На простыни, посмотри внимательно, написаны буквы **Г** и **Н**. Где буква **Г** - здесь должна лежать подушка и голова, а где написана буква **Н** - должны лежать ноги. Такие же буквы есть и на пододеяльнике. Как ты думаешь, Стобед, для чего нужны эти буквы?

- По-моему, они вовсе и не нужны, - ответил мне Стобед, интереснее спать сегодня головой на букве Г, а завтра - на букве Н. Вот здорово! - И даже захлопал В ладоши.

- А ведь это совсем неправильно. Так ложиться нельзя. Нужно всегда ложиться так, чтобы голова лежала на букве Г, а ноги - на букве Н.

- Ну, теперь я понял. Можно и мне попробовать застелить кровать, - попросил Стобед.

И мы вместе с ним принялись за работу. Конечно, сначала у Стобеда ничего не получалось и мне пришлось помочь ему. Но постепенно он всему научился. У него все получилось. После работы я говорю:

- Видишь, теперь спальня выглядит по-другому. В ней и отдыхать теперь приятно, не то, что было раньше. Ты согласен со мною?

- Да, вы правы. Теперь я никогда не буду бросать одеяло и подушку на пол, чтобы они всегда были чистыми, - ответил Стобед. А потом захлопал в ладоши, засмеялся, начал плясать по комнате. А я ничего не поняла, стою и смотрю на него. Потом Стобед остановился, отдышался и сказал:

- Вот я молодец! Я сам научился наводить в спальне порядок

- Не спеши радоваться, - говорю я ему. - В спальне у нас-то теперь порядок, а вот в комнате для умывания и в прихожей - нет.

Стобед сразу сник, а потом потрянул головой и, не успев я и глазом моргнуть, как он помчался в комнату для умывания. Когда вошла - увидела, что мой мальчишка - робот вешает полотенце на вешалку-крючок, а сам искоса смотрит на меня.

- Молодец, Стобед, - говорю ему. - Правильно догадался. Все полотенца должны висеть на своем крючке аккуратно повешенными. А если они будут лежать смятыми на полу и на крючке, так они всегда будут сырыми и мятыми. Таким полотенцем и вытираться-то не захочется.

- А теперь пойдемте в прихожую, - попросил Стобед.

И мы пошли. Войдя в комнату, Стобед бросился поднимать свою обувь и одежду, но он не знал, что с ними делать и поэтому держал все свои вещи в руках, а глазами смотрел на подоконник. А потом даже сделал шаг к нему.

- Э, нет, - говорю я. - Так дело не пойдет. Иди сюда. Посмотри, где стоят шкафы. На каждом - свой рисунок, чтобы ребята знали каждый свой шкаф. У каждого ребенка - свой. А теперь мы откроем один из них.

- Лучше я открою, - закричал Стобед и бросился к шкафу, на котором нарисован Чебурашка.

Открыв шкаф, Стобед удивился, шагнул в перед, посмотрел, а потом затряс головкой и говорит:

- Ой, у меня даже голова закружилась от такого. - А сам показывает во внутрь. - Я такого еще не видел. Скажите, а для чего нужны все эти крючочки-полочки.

- А ты попробуй, догадайся, Стобед, - отвечаю я.

Стобед постоял, подумал немного, взял свою обувь и сунул один ботинок на верхнюю полочку, а другой - швырнул вниз. А вещи, курточку и шапку - так не сложенными сунул во внутрь шкафа. Потом похлопал рукой об руку и сказал:

- Все! Готово!

А я стояла и качала головою.

- Ты, Стобед, правильно догадался, что шкафы эти для одежды и обуви. Это как бы их дом. Но в этом доме у каждой вещи есть свой этаж, на котором она живет. И никогда ни одна вещь не заблудится, не перепутает свой этаж, не заберется в домик соседа. Ты открой соседний шкаф с пирамидкой и загляни туда, - посоветовала я мальчишке. Он открыл шкаф, посмотрел очень внимательно, а потом... хлопнул себя по лбу и сказал:

- Кажется, я понял. На верхнем этаже живут вещи в пакетах и расчески, на среднем этаже - на крючочках - пальто или куртки, а на самом последнем, никнем этаже – обувь. Я угадал или опять ошибся? - спросил он.

- Нет, - говорю, - вот теперь ты не ошибся, все правильно. Стобед захлопал в ладоши и даже засмеялся. Он так прямо и светился от счастья.

- Стобед, а ты заметил, что и в прихожей и в коридоре, в спальне и классной комнате - везде у нас порядок, всюду чисто, прибрано. Следит у нас за чистотой младший воспитатель, ее зовут Ирина Владимировна. Она моет полы, раздает пищу, моет посуду. Ребята-дежурные помогают ей накрывать на стол, вытирать пыль. За то, что у нас всегда так чисто и уютно, мы говорим ей "Спасибо!" Если хочешь, Стобед, оставайся у нас, ребята научат тебя всему, что умеют делать сами.

Так Стобед остался в нашей группе, чтобы вместе с ребятами учиться, играть, дружить, наводить порядок в помещении.

Конспект беседы:

«Водичка, водичка, умой мое личико»

Цель. Закреплять знания о предметах туалета, об их назначении, отработать процедуру умывания, продолжать закаливание детей водой, воспитывать желание дружить с водой.

Я уже понадеялась, что больше огорчать меня Стобед не будет. Но не тут-то было. Приключения только-только начинались. Так что слушайте дальше о приключениях Стобеда.

В тот же день Стобед учил потешку «Вода, водичка, умой мое личико». Стобед поел и пошел умываться.

- Да, а умываться ты сам умеешь? – спохватилась я.

- Умею. Это же просто! – весело ответил он.

Вернулся он минуты через три – и шмыг под одеяло. А я села на стул и стала готовиться к занятиям. Но вдруг прислушалась и слышу ... что-то журчит. Я бросилась в комнату для умывания и увидела, что раковина полна воды, на полу уже воды по щиколотку.

Мне все сразу стало ясно: шалун бросил в раковину носовой платок да еще и кран забыл закрыть. Разулась я, закрыла кран и начала быстро собирать тряпкой воду.

Мальчишку будить я не стала, хотя рассердилась на него страшно. А еще говорил: «Умею умываться. Это же просто!» Решила, что поговорю с ним позже, когда проснется.

Через 2 часа вижу, что мой гость шевелится под одеялом, и говорю:

- Вставай!

- Не хочется! – отвечает он. – Я еще немного поваляюсь!

- Валяться в постели нельзя, - строго сказала я. – Вставать надо сразу, как проснешься. И потом знаешь, что ты перед сном натворил? Ох, чувствую я, ты мне тут устроишь сто бед!

- Больше не буду! Простите меня, пожалуйста! – вздохнул мальчик.

- Хорошо, а теперь пойдем, дружок, со мной, и будь любезен, покажи мне, как ты умываешься.

Стобед в один миг натянул свою рубашку, застегнул на все пуговицы и потянулся за курточкой.

- Э, нет! – остановила его я. – Умываться надо в одних трусиках и майке.

Потом Стобед открыл кран, сложил одну руку горсточкой, набрал немного воды и осторожно окунул в нее свой курносый нос.

- Ну, значит, ты меня обманул, - опять огорчилась я. – Умываться-то ты и не умеешь. Давай научимся. Начинать надо с рук, а то, как же грязными руками лицо дочиста вымыть? Возьми-ка мыло. Намыль ладошки, да хорошенько, чтобы пена получилась. Потри их друг о дружку. Посмотри, какая пена с них течет. Если серая, значит, руки еще грязные, надо их сполоснуть и еще раз намылить. Вот так. А теперь и лицо вымой и шею, и уши, и за ушами.

Стобед оказался понятливым – умылся отлично. Но с вытиранием опять получилось неладно. Он схватил полотенце, смял его в комок и наспех провел этим комком по лицу.

- Так не годится, - объяснила я, - Расправь-ка полотенце и приложи его к лицу. Щеки можно особо не тереть, а вот руки вытри получше и проверь, не влажные ли они. А то выйдешь на холод с такими руками, и они у тебя станут красными, шершавыми. Стобед опять все проделал аккуратно, но полотенце швырнул на раковину.

- Так оно у тебя всегда будет сырое и мятое, - объяснила я. – Полотенце надо аккуратно повесить. Но сначала я у него спрошу, чисто ли ты умылся?

- У полотенца? – удивился Стобед, - Как это?
Тогда я показала мальчику его полотенце, которым он вытирался перед сном. На двух его концах остались следы двух грязных мальчишеских ладошек. А потом показала другое полотенце – оно было чистым.

- Понял! – кивнул Стобед.
И запомни, Стобед, главное правило – руки с мылом нужно мыть обязательно перед едой и после прогулок на улице, потому что на руках остается невидимая грязь. И если она попадет в рот – быть беде.

Конспект беседы:

«Береги зубы с молодю».

Цель. *Познакомить детей со строением зубов, закреплять гигиенические навыки ухода за полостью рта, зубами, деснами. Выбатывать привычку чистить зубы.*

Однажды утром мой Стобед проснулся, умылся, сел завтракать и... вдруг схватился за щеку, заохал и захныкал.

- Что случилось? – спросила я у него. И услышала в ответ: «Не знаю. Болит что-то во рту».
- Открой рот, - говорю ему. – Покажи, что болит.
Стобед открыл рот и показал пальцем на... зуб.
- Вот болит.
- Да у тебя, Стобед, зуб болит. Его лечить в больнице нужно.
- Не хочу в больницу. Там операцию будут делать, - захныкал он. – Лучше бы у меня совсем бы не было этих зубов. Ну, зачем они нужны. Только болят, - причитал Стобед.

- Ты не прав, Стобед, зубы выполняют очень важную работу – они измельчают пищу. Зубы имеют разную форму и выполняют разную работу. Возьми, пожалуйста, зеркало и посмотри: одинаковую форму имеют твои зубы?
- Нет. Вот эти большие зубы, а эти поменьше, - ответил Стобед, глядя в зеркало.
- Вспомни, Стобед, какими зубами ты перегрызаешь морковку, а какими пережевываешь её, - попросила я мальчишку.

Стобед показал на зубы во рту.

- Правильно. Впереди находятся 8 резцов. Ими мы легко перегрызаем морковку или откусываем яблоко. За ними – 4 крепких клыка. Они помогают откусить кусочек чего-нибудь крепкого, твердого и вязкого. А позади располагаются коренные зубы. Их задача – перетирать пищу. Зубы – самые твердые части нашего организма. Сверху они покрыты слоем очень твердой эмали. Она, как панцирь у черепахи, защищает зубы. Внутри зуба находятся нервы и кровеносные сосуды. Но как бы ни были крепки наши зубы, они все же могут разрушаться. Сначала на эмали образуются маленькие, невидимые трещинки. После еды между зубами и в трещинках остается пища. Под действием микробов остатки пищи гниют, зубы разрушаются и начинают болеть. Вот поэтому-то, Стобед, и заболел твой зуб.
- Понятно, - ответил Стобед, держась за щеку.
- Но этого можно избежать при помощи обыкновенной зубной щетки. У тебя есть зубная щетка?
- Ну, уж зубы чистить – так я просто терпеть не могу, - сказал мальчишка.
- А вот послушай сказку о доброй щеточке, - сказала я и начала рассказывать:

«В одной сказке жила-поживала печальная зубная щеточка. Весь день она грустила и думала: «Почему другие щетки никогда не скучают? Моя тетя - сапожная щетка чистит ботинки. Вот почему они сияют как зеркало и всегда очень довольны моей заботливой тетей. Пойду поискать себе какое-нибудь занятие». Видит щетка большие деревянные Грабли:

- *Позвольте, я почищу вам зубы.*
- *Такая маленькая, словно мышка, - засмеялись Грабли. – Не надо нас трогать, мы щекотки боимся.*
- *Не хотите, - обиделась грустная щеточка, найду кого-нибудь маленького.*

Тут она заметила потерянную расческу.

- *Хочешь, я тебе зубки почищу?*

- Пожалуйста, не надо. Мои зубки не моют зубной щеткой.
Увидела щеточка настенные часы.

- Колесики, - вежливо попросила она, - позвольте мне почистить ваши зубчики.

- Что ты! – закружились колесики. – Мы заржавеет и не сможем крутиться. Видишь, как мы волнуемся? Тик-так!

И бедная щеточка заплакала.

- Что же мне делать? Никто не хочет, чтобы я им почистила зубы. Значит я ненужная щетка. Нет от меня никакой пользы... - грустная щеточка заплакала.

Так она дошла до домика, на котором был красный крест. И вдруг она услышала, что рядом тоже кто-то громко плачет. Щеточка заглянула в дверь и увидела грустного мальчика. Он держался за щеку и плакал. А рядом с ним стоял доктор в белом халате и держал что-то блестящее в руках. Грустная щеточка испугалась и закрыла дверь. Через несколько минут из двери вышел мальчик. Он больше не держался за щеку и улыбался. Вслед за ним вышел доктор.

- Зубы надо беречь и после еды обязательно чистить зубной щеткой с зубной пастой. А еще чистить зубы надо утром и вечером, - сказал доктор мальчику.

- Но у меня нет зубной щетки, - ответил мальчик.

И тогда из-за двери вышла наша добрая Щеточка и спросила:

- Можно я буду чистить твои зубы?

- А ты умеешь чистить зубы? – удивился мальчик. – Кто ты?

- Конечно, умею. Ведь я – зубная Щеточка. Только никто не хочет, чтобы я чистила им зубы, - грустно ответила Щеточка.

- Хорошо, я беру тебя, Щеточка. Ты будешь жить у меня в ванной, в стаканчике, рядом с мылом. А еще я найду тебе друга – зубную пасту. Вы вместе будете чистить мои зубы, беречь их, чтобы они больше не болели...

С тех пор печальная Щеточка перестала грустить и стала улыбаться».

-Я все теперь понял, - сказал Стобед. У меня тоже есть зубная щетка, и я буду с ней обязательно дружить.

Вопросы к детям:

1. А у вас дома все ли чистят зубы утром и вечером?
2. нравиться ли тебе чистить зубы?
3. Есть ли у тебя зубная щетка?
4. Она у тебя грустная или веселая?
5. Дружишь ли ты с зубной пастой?

6. Как называется твоя зубная паста?

Конспект беседы:

«Обращение с инструментами»

Цель: *Закреплять знания детей о пользовании инструментами, познакомиться с приемами оказания I медицинской помощи, учить применять навыки и знания, полученные на занятии, в повседневной жизни.*

Однажды, придя с работы, я увидела, что детали от детского металлического конструктора разобраны и разбросаны по всей комнате, а сам Стобед, испуганный и заплаканный, сидит на кресле, а рука у него обмотана носовым платком.

- Что случилось? - спросила я с тревогой.

- Почему вы не сказали мне, что у вас в комнате живет чудовище? - захныкал Стобед. - Я только подошел к стене, а оно как выскочит, как начнет синими искрами сыпать, как щелкнет зубами - и хватать меня за руку! Больно-пребольно... И, размотав платок, он показал палец, на котором были следы ожога.

Я, кажется, начала догадываться, в чем дело, и накладывая Стобеду повязку, попросила:

- Расскажи-ка все по порядку.

Стобед вздыхал и признался, что сначала хотел построить из конструктора подъемный кран, но у него ничего не получилось, и тогда он от скуки стал тыкать железными палочками куда придется и в конце концов воткнул их в электрическую розетку.

- Вот оттуда и выпрыгнуло чудовище. Такое синее трескучее.

- Не чудовище это вовсе, а электрический ток. И если с ним обращаться правильно, он очень хорошо служит людям. Вот посмотри.

Я воткнула в розетку штепсель от настольной лампы - лампа загорелась. Поставила электрический чайник - и вода в нем весело забулькала.

- Теперь я догадался! - воскликнул Стобед. - Да это ток меня так сильно обжег!

- Тебе еще повезло. Ожог у тебя не очень сильный. А ведь мог ударить и обжечь так, что пришлось бы вызывать «Скорую помощь» и отвезти тебя в больницу. Понимаешь, что розетка не игрушка, ее трогать нельзя?!

-Понимаю, - кивнул в ответ Стобед.

- И не вздумай включать электрические приборы.

- Никогда! Честное слово! - пообещал Стобед.

Я поверила ему. Правда больше таких происшествий не было. ... Однажды я сказала Стобеду:

- Ну, принимай гостя! К нам скоро приезжает на школьные каникулы мой племянник, Митя. Пожалуйста, будь вежливым. Покажи все свои игрушки, а если какая -нибудь ему очень понравится, подари.

- Хорошо, - буркнул Стобед, а сам подумал: "Посмотрим, что это за Митя такой".

Но Митя оказался очень веселым, смышленным и добрым мальчиком. Он привез с собою краски, и они оба уселись рисовать. Стобед задумал нарисовать собаку, но она почему-то получилась у него похожей на корову. Тогда он решил переделать ее в слона, но вместо слона вышло вообще неизвестно что. Стобед то и дело макал кисточку, размазал краски по бумаге и в конце концов стал вырывать из альбома испорченный лист

А Митя не спеша нарисовал картину о том, как он вместе со своим папой сделали маленький стол и стулья. А потом поставил их всюду в тени. К Мите приходили в гости мальчики и девочки, и они там все играли. Рисунок получился очень интересным и красивым. Ведь Митя учился в школе и знал много интересного и полезного: читать, писать, рисовать, мастерить различные предметы из бумаги и дерева, шить и даже умел танцевать. А Стобед? Стобед только учился всему этому понемножечку, и не все и всегда у него получалось. Он в душе, конечно же, завидовал Мите.

"Надо проверить, - подумал Стобед, - правду ли говорит этот Митя. Может быть это и не он вовсе делал стулья, а его папа, может быть он только хвастается".

Стобед решил принести все, что нужно для работы. Сказано - сделано. Он принес гвозди, молоток, плоскогубцы, пилу, доски и предложил Мите:

- Давай сделаем у нас в саду скамеечку, чтобы на ней можно было отдыхать

- Давай, - обрадовался Митя и взял в руки пилу.

Вместе они отпилили доску, и Стобед сразу же схватил в руки молоток и гвозди. И не успел Митя моргнуть глазом, как Стобед уже замахнулся молотком по гвоздю.

- Постой. Ты не правильно делаешь. Мне говорил папа, что так делать нельзя, можно молотком ударить по пальцам! - попытался его остановить Митя. - Нужно гвозди держать плоскогубцами, чтобы рядом обязательно был взрослый.

Но не тут-то было. Стобед его даже, и слушать не стал, а сказал, что если Митя такой послушный папин сынок, то пускай идет в дом и рисует свои картинки, а не мешает ему работать. Митя обиделся и ушел.

Прошло некоторое время, в Стобеда все не было. Митя уже начал волноваться и пошел посмотреть, не случилось ли чего-нибудь со Стобедом. Но

все было хорошо. Скамейка была уже почти готова. Стобед так и сиял от гордости за свою работу. Оставалось забить последний гвоздь. Не глядя, Стобед взял этот гвоздь, гордо взмахнул молотком - и тра!...- молоток попал не по гвоздю, а Стобеду по пальцу. Правда не очень больно было, поэтому Стобед не заплакал, а только побледнел и на глазах выступили слезы. Он вспомнил, что ему говорил Митя: "Гвоздь нужно держать плоскогубцами, а не пальцами. Можно больно ударить по пальцам»

- Правду говорят: "На ошибках учимся", - шепотом сказал Стобед, а потом вслух добавил: - Я обещаю тебе, Митя, что всегда буду делать так, как говорят мне взрослые. Я понял, что они всегда правы и желают мне только хорошего, а я не слушаю их советов и со мной случаются всякие беды». И Стобед горько вздохнул.

После их примирения работа была быстро закончена. И на следующее утро скамейка была поставлена в саду, и они вдвоем отдыхали в тени, слушая пение птиц.

Каникулы были в самом разгаре, Митя по-прежнему гостил у нас. Они со Стобедом очень подружились. Их можно было вместе увидеть повсюду. Они вместе загорали, ходили за ягодами, купались в речке, рисовали., смотрели мультфильмы, мастерили. Митя многому научил Стобеда.

Однажды Стобед включил телевизор. Там показывали передачу «Умелые руки». Стобеду очень понравились поделки ребят - это были салфетки, вышитые цветными нитками. Еще ему понравилось то, что вышивали не только девочки, но и мальчики. И тогда Стобед вспомнил, что его друг Митя тоже умеет вышивать и шить.

- Слушай, Митя, научи меня вышивать как ты. Я по телевизору видел, что мальчики тоже могут вышивать, да еще так красиво, -попросил Стобед Митю.

- Хорошо, я научу тебя вышивать, - пообещал ему Митя. - Но ты пообещай мне, что будешь слушать меня внимательно, не будешь перебивать, а будешь все делать, как я скажу.

- Ладно. Я согласен, - пробурчал в ответ Стобед. Он вспомнил, как в прошлый раз не послушался Митинового совета и ударил по пальцу молотком. Запомни самое главное, - учил Митя, - все предметы, которые нужны для вышивания, должны храниться в шкатулке в определенном месте.

Митя принес и поставил на стол коробку.

- Как ты думаешь, что нужно для вышивания? - спросил Митя у Стобеда.

- Ну, нужны иглолка и нитка, ведь мы будем вышивать, - ответил Стобед .

- Правильно. Нужны иголка и нитки, но еще нужна ткань белого цвета, ножницы, чтобы обрезать нитку, вот такая подушечка-игольница и пальца, - показал Митя.

Подушечка-игольница, - повторил Стобед. - Я понял, что она нужна для того, чтобы в нее втыкать иголки, а то если они будут лежать на столе, то могут потеряться, а потом можно уколоться иглой.

И Митя начал учить Стобеда вышивать. Сначала, конечно, Стобеду было трудно: нитки почему-то постоянно путались, иголка тоже не слушалась, а падала на стол, стежки шва были неровными. Но у Стобеда был терпеливый учитель и понемногу работа стала налаживаться. Когда Стобед прошел первый раз, у него закончилась нитка и её нужно было ее отрезать.

- Для этого нужны ножницы, - напомнил Митя, когда увидел, что Стобед растерялся, - Ножницы – это помощники, но если их неправильно подавать – острыми концами вперед, можно уколоть соседа. Поэтому запоминай, Стобед, - учил Митя, ножницы всегда подают ручкой – кольцами вперед.

И подал Стобеду ножницы. Отрезав нитку, Стобед с помощью Мити принялся за работу дальше. Стобед оказался прилежным учеником, и через месяц он смог самостоятельно вышивать рисунок на ткани. Он никогда не забывал, как нужно обращаться с ножницами и иголкой.

Конспект беседы:

«Обращение с веществами»

Цель: Закреплять знания детей о правильном обращении с веществами, знакомить с лекарственными препаратами, учить применять знания и умения, полученные на занятии, в повседневной жизни.

Может быть, вы думаете, что приключения Стобеда закончилась? Признаться, я тоже так думала, потому что последнюю неделю мы прожили с ним тихо и спокойно. Когда я возвращалась с работы, те обедали, вместе мыли посуду, а потом начинали разговаривать.

Мы придумали такое правило: сначала я рассказываю ему, что видела или слышала за день интересного, а потом он рассказывал, чем занимался, что узнал нового.

Так вот, однажды я вернулась с работы очень уставшая и грустная. История, которую я в этот вечер рассказала Стобеду, тоже была грустная. Эта история произошла с соседской девочкой. Она играла со своим младшим братишкой, а он почему-то вдруг уснул. Взрослых дома не было, а она сама брата не могла никак разбудить. Девочка прибежала ко мне. Как только я вошла

в дом и увидела очень бледного мальчика, неподвижно лежавшего на полу, мне все сразу стало ясно, что он вовсе не СПИТ, а ему очень-очень плохо. Пришлось срочно вызывать "Скорую помощь". Пока врач оказывал мальчику помощь, я спросила перепуганную девочку, во что они играли.

- В больницу, - ответила она. - Я лечила его.

- Чем же? Не помнишь? - спросила я.

- Бабушкиным хорошим лекарством, вот этим, - сказала девочка и показала мне пустой флакончик.

Значит, случилось то, чего я опасалась; у мальчика тяжелое отравление лекарством!

Врач уложил мальчика на носилки, чтобы везти в больницу. Но все же он успел сказать его сестре то, что должны знать все дети:

ЛЕКАРСТВО – НЕ ИГРУШКА, ЭТО ОРУЖИЕ ДЛЯ БОРЬБЫ С БОЛЕЗНЯМИ, а со всяким оружием надо уметь обращаться. Кто не знает, например, как устроено ружье, тому не разрешается брать в руки его, потому что оно может нечаянно выстрелить. Вот девочка и «выстрелила» в братишку...

Девочка заплакала, но я не стала ее утешать:- пусть навсегда запомнит, чем кончаются такие игры!..

- Я никогда не буду сам брать лекарства! - воскликнул Стобед.

- И правильно сделаешь, - ответила я. - Подумай, не зря ведь, когда врач назначает больному лекарство, он не только объясняет ему сколько пить и когда, но и еще и записывает все это на специальном листочке-рецепте, да еще и печать ставит, чтобы все было точно. И все лекарства должны лежать в недоступном месте в аптечке.

На следующий день, проходя мимо Стобеда и стоящих рядом с ним детьми, я слышала голос Стобеда.

- А теперь вам третья загадка: какое лекарство самое горькое?

- Которое в порошках! Которое от кашля! Которое проглотить трудно, в больших таблетках - наперебой загалдели ребята.

- А вот и нет! - сказал Стобед. - Самое горькое лекарство то, которое взрослые пьют. Вот одна девочка увидела на тумбочке бабушкины таблетки - голубенькие, красивые, как конфетки. И решила их попробовать. А вся хитрость в том, что сначала таблетки вовсе не горькие, а даже сладкие, и глотаются легко, а потом как станет во рту горько, как заболит голова, как затошнит. Той девочке потом в больнице даже вымывали эти таблетки ИЗ живота...

Ребята, слушая эту историю, притихли. Уж очень страшно было представлять, как доктор вымывает из живота таблетки...

- Вот, видите важно добавил Стобед, - какие вещи случаются, поэтому лекарства можно пить только те, какие дают взрослые! А самим брать нельзя.

«Молодец, Стобед! - подумала я. - Понял, что нельзя без разрешения брать таблетки, и еще ребятам интересные загадки об этом загадывает!»

Я была спокойна и уверена, что есть таблетки Стобед никогда в жизни не будет, и всем будет рассказывать, как это опасно.

...Прошла неделя. Никаких происшествий больше не было. Все было спокойно. Но как-то раз Стобед стоял и смотрел в окно. Ничего не предвещало беды. Но вдруг я услышала звон разбитого стекла и испуганный вскрик Стобеда. Что же случилось со Стобедом на этот раз?!

А случилось вот что: Стобед скучал от безделья, ходил по комнате, а потом подошел к окну и увидел муху. Она сидела на стекле. Стобед вспомнил, как вместе с ним рассматривали муху через стекло, подвренной врачом. Муха казалась огромной. Лапы её были усеяны волосками. На лапах и брюшке мухи была грязь. Когда муха ползла по столу, вслед за ней потянулся след. Потом она перелетела и села на хлеб. Муха улетела, а хлеб был такой аппетитный, что Стобед протянул к нему руку, но я сказала:

- Не бери его. На нем сидела муха, и наверное оставила после себя микробов. Ведь мухи ползают по всем нечистотам и переносят микробы разных болезней.

Вспомнив все это, Стобед решил убить муху. Но под рукой ничего не оказалось. Тогда Стобед замахнулся кулаком - и бах! - стекло разбилось, а он порезал руку о разбитое стекло. Боясь, что его ждет наказание за разбитое стекло, он спрятался под стол. Я быстро нашла Стобеда, но в каком виде: он был бледный, дрожал, по лицу текли слезы, а пораненную руку он прижимал к груди, изредка прикладывая к ране носовой платок.

- Придется смазать всю руку йодом, - сказала я.

- Не надо, я боюсь, - закричал Стобед. Он так испугался, даже от страха отскочил назад.

- Не бойся, - начала успокаивать я его. - А если твою рану попала грязь или еще хуже микробы, ведь твоя рана может начать гноиться, и тебя заберут в больницу. Уж лучше немного потерпеть.

Хорошо, я согласен терпеть, - сказал Стобед бодрым голосом, хотя у самого блеснули слезы.

Я промыла рану перекисью водорода, а края раны смазала настойкой йода, наложила повязку из бинта.

... Но на этом происшествия не закончились. На следующее утро, помогая Стобеду одеваться погулять на улице, я заметила, что на его курточке не

хватает нескольких пуговиц. Пришлось ему искать пуговицы. Одну он нашел под столом, другая почему-то оказалась в его ботинке, третья – в кармане. Взяв курточку и пуговицы, Стобед попросил меня их пришить.

- Как случилось, что пуговицы оторвались? – спросила я его. – ведь я их недавно пришила.

- Наверное это нитки виноваты. Они рвутся быстро... почему-то, - промычал в ответ мне Стобед, опустив голову.

Я конечно ему не поверила.

- Ну, что ж, давай мне свою курточку, я пришью пуговицы. А то ведь в таком виде выходить гулять стыдно, - пожалела я его.

Полка я пришивала первую пуговицу, Стобед стоял рядом и внимательно наблюдал. Но вскоре это занятие ему надоело. Его внимание привлекли оставшиеся пуговицы. Сначала Стобед ими играл: подбрасывал вверх и ловил. Но потом и это занятие ему надоело. Он решил узнать, из чего же делаются пуговицы, и, положив одну в рот, он решил её раскусить.

Узнать, из чего сделаны пуговицы, ему так и не удалось, потому что случилась беда. Стобед вдохнул в себя воздух вместе с пуговицей и проглотил её.

- Стобед, что случилось? – спросила я.

- Я пуговицу проглотил, - испуганно захныкал он. - Ой, что теперь со мною будет, я умру! – закричал он.

- Не волнуйся, - сказала я, - видишь, пуговицы на твоей куртке маленькие и гладкие. Скорее всего твоя пуговица благополучно пройдет по желудку и по животу и примерно через день ты найдешь её в горшке.

- Вот если бы ты проглотил острый предмет, с зазубренными краями – вот тогда бы...

- Умер? – перебил меня шепотом Стобед.

- Тебя бы надо было срочно везти в больницу, потому что острый предмет мог бы поранить тебе все в животе, - пояснила я.

Весь день я кормила Стобеда мягкой пищей – кашей, картофельным пюре.

Живот у него не болел и он спокойно заснул. А на утро злополучная пуговица была найдена в горшке...

Конспект беседы:

«Оказание помощи при падениях».

Цель: *Познакомить детей с приемами оказания 1 медицинской помощи, учить применять знания, полученные на занятии, в повседневной жизни.*

Целый месяц Стобед гостил у моих знакомых. Но и там с ним случилась беда. Однажды Стобед, загоревший и окрепший, вышел утром во двор, и сразу кинулся к горке. В один миг он взобрался по лесенке наверх, но съезжать вниз было нельзя, потому что на площадке перед спуском нерешительно топталась маленькая девочка в розовом платье, красных туфельках и с огромным красным бантом в волосах.

- Давай! - закричал на нее Стобед. - А если боишься - уходи! Девочка испуганно оглянулась и села на вершину горки, крепко ухватившись за бортики.

- Трусишка! - усмехнулся Стобед и легонько толкнул ее в спину.

Девочка соскользнула вниз и стала съезжать с горки, но, к досаде Стобеда, очень медленно. Оказывается, она на ходу ловко тормозила, упершись в бортики своими красными туфельками.

У Стобеда просто не хватило терпения дождаться, пока она съедет до конца. Он с размаху ринулся вниз. И конечно, налетел на девочку. Оба кубарем скатились на землю. Хорошо, что это было в конце горки, и они не очень сильно ушиблись. Стобеду почти не было больно, а девочка ободрала локоть и испачкала свое розовое платье. Она заплакала, отошла в сторону и стала отряхиваться, а потом побежала домой.

Мама промыла ее ранку на локте перекисью водорода, смазала края настойкой йода и перевязала бинтом.

Вернувшись, девочка увидела, что остальные ребята, насупившись, смотрели на Стобеда, но к нему не подходили. Стобед понимал, что надо подойти к девочке и попросить у неё извинения, сказать что-нибудь вроде того, что я нечаянно, я не хотел. Понимал он это, а вот выговорить не мог. И даже наоборот, сделал вид, будто ему вовсе не стыдно, а просто-напросто смешно. И весело напевая, он вприпрыжку побежал к качелям...

Качели так приятно поскрипывали, так высоко взлетали, ветерок так хорошо дул в лицо, что просто дух захватывало — одно удовольствие! Но Стобеду почему-то стало грустно. Он ожидал, что ребята побегут за ним и будут удивляться его смелости, но никто даже и не смотрел в его сторону.

Они окружили девочку в розовом платьице.

- Эй! - крикнул Стобед. - Смотрите, как я могу! И стал раскачиваться все сильнее и сильнее, то подгибая ноги под сиденье, то вытягивая их.

Девочка наконец взглянула на него. Стобед обрадовался, отпустил сначала одну руку, потом другую, потом... А потом и сам не понял, как соскользнул с сиденья и оказался лежащим на земле.

«Надо притвориться, что я нарочно, что это такой фокус» - подумал он и быстро вскочил на ноги, но ойкнул от неожиданности и схватился за ногу. И вот тут-то его что-то сильно ударило по голове. Так сильно, что у него даже потемнело в глазах.

- Отойди в сторону! – крикнула девочка, - Быстро, не то еще раз ударят!.. Стобед неуклюже отпрыгнул в сторону и, потирая затылок, стал смотреть, как раскачиваются пустые качели. Теперь – то он понял, что случилось... Вокруг столпились взрослые и дети. Вызвали «Скорую». Осмотрев голову Стобеда. Врач сказал, что ничего серьезного, но посоветовал уложить его в постель и прикладывать к голове салфетку или полотенце, намоченные в холодной воде и менять их по мере согревания. Потом врач прикоснулся к ушибу, а Стобед вскрикнул. Осмотрев ногу, врач спросил: "Болит нога?"

- Да, очень сильно, - ответил Стобед.

- Тогда нужно тебя везти в больницу. Там врач-хирург, с помощью рентгеновского снимка, сможет определить: перелом у тебя или нет. Но похоже, что перелом.

Стобед захныкал, заохал. Перед отправкой в больницу врач прибинтовал его ногу к ровной доске и объяснил собравшимся вокруг детям, что так Стобеду станет легче.

...На следующий день Стобеда в больнице навестили знакомые ребята и та девочка в розовом платье. Они познакомились, и Стобед попросил у нее прощение за свое поведение на горке, А девочка сказала ему:

- Видишь, Стобед, что случилось из-за того, что ты не знаешь правил? Запомни, с горки нужно съезжать только по очереди - один съехал, и тогда другой. Это - раз!

- На качелях качаешься - руки не отпускай, держись! Это - два! Если вдруг упал с качелей - отползи в сторону, не вставай тут же! это – три!

- И вообще, перед качелями не бегай, когда ждешь очереди качаться, стой сбоку. Это – четыре!

Перечисляя правила, девочка загибала пальчики на руке. Стобед делал то же самое, и проговаривал эти правила про себя.

- Я все запомнил. И кататься с горки и на качелях я теперь всегда буду только по правилам. Спасибо тебе за то, что ты помогла мне запомнить, - поблагодарил Стобед девочку.

Конспект беседы:

«Оказание первой медицинской помощи при обморожении, солнечном ударе»

Цель: *Познакомить детей с приемами оказания I медицинской помощи, добиваться осознанного понимания применения правил, полученных на занятии, в повседневной жизни, воспитывать желание приходить на помощь .*

Вы помните, ребята, что Стобед попал в больницу. Так вот, лечиться ему пришлось очень долго, а когда он стал поправляться, врачи решили: пусть поживет в больнице, пока не выздоровеет совсем.

Ему даже разрешили гулять, а то опять попадешь в какую-нибудь беду! Наступила зима, и все дети катались на санках, лыжах и коньках. наконец Стобеда выписали из больницы и он вернулся домой. Я подарила Стобеде санки и сказала: «Только смотри, катайся во дворе, не вздумай выходить на улицу! Там крутая горка, санки могут вылететь на дорогу по машину...»

- Хорошо, - сказал Стобед и пошел с санками во двор, где для детей была устроена очень хорошая горка.

Но то ли в этот день стоял сильный мороз, то ли время оказалось неподходящим, но во дворе ребят не было, и Стобеду показалось скучно кататься одному. Он оставил санки возле горки и немного прихрамывая, он потихоньку вышел на улицу, но и там никто не катался на санках.

Зато не успел Стобед дойти до угла, как из ворот на улицу вылетел маленький мячик и, подпрыгнув раза два на тротуаре, скатился на мостовую. Вслед за мячиком выскочила ватага ребят. С криком «Шайбу! Шайбу!» они, размахивая клюшками, ринулись было на мостовую, но Стобед встал на их пути, раскинул руки и скомандовал так грозно, как только мог: «Стоп!»

Что сказать дальше, он не придумал, но, помолчав минуту, вспомнил сказку, которую ему читали в больнице, и добавил: «На мостовой автомобили лисенка чуть не задавили!»

Ребята, конечно, знали эту сказку. И дружно продолжили: «На мостовую нипочем не надо бегать за мячом!»

- То-то и оно! – сказал Стобед и даже погрозил им пальцем. Мальчики притихли.

- Ладно, - сказал самый старший. – Пойдем играть на пруд. Там машины не ездят. Пойдешь с нами?

- Пойду! – обрадовался Стобед. О том, что он без разрешения убежал, Стобед уже забыл...

Пруд был большой и пустынный, на нем не было видно машин. Ребята сбежали по пологому берегу на лед и стали гонять мяч.

- А что это такое? – Стобед увидел во льду черное отверстие. Дырка какая-то...

- Эх, ты, дырка! А еще нас учишь... Это лунки. Её рыбаки просверлили во льду и ловят в ней рыбу, - объяснил мальчик в шапке с кисточкой.

- Рыбу? – удивился Стобед, и стал бегать от лунки к лунке, заглядывая в них и стараясь увидеть рыбку. Но в глубине колыхалась только темная вода... Вдруг Стобеду показалось, что там, подо льдом, что-то блеснуло...

«Эх, поймать бы золотую рыбку!» - подумал он. – И загадать бы ей 3 желания! А что попросить у рыбки? Может быть заводную машинку с фарамми? Это – первое! Или железную дорогу с вагонами? Это – два! Или чтобы она меня превратила в живого мальчика, только сразу! Это – мое третье желание.

И тут ему стало очень холодно.

«Нет, - решил он, попрошу-ка, чтобы быстрее настала весна, чтобы этот пруд растаял и мы могли здесь кататься на лодке...» И не успел подумать, как прямо у его ног появилась трещинка.

«Ну и чудеса! – обрадовался Стобед. – Ведь я еще даже не поймал золотую рыбку, а она уже выполняет мое желание». Но тут лед под ним начал как-то странно дрожать и проваливаться вниз.

- Ай! – закричал Стобед. – Рыбка, подожди! Не надо!

Одна его нога застряла между обломками льда, он с трудом ее вытащил, но новенький валенок с блестящей калошей остался в щели, и Стобед увидел, как он наполнился водой и нырнул в глубину. И сам Стобед стал погружаться в воду...

Вот тут-то ему стало страшно. Он понял, что может утонуть, и готов был заплакать, но услышал, что ребята кричат ему: «Не бойся! Мы тебе поможем!» Они бросили Стобеду длинную доску, он ухватился за ее конец, а ребята стали все вместе тянуть доску. Так они спасли Стобеда, вытащив его из воды.

Через некоторое время Стобед уже стоял на снегу в окружении ребят и стучал зубами от холода и страха.

- Его нужно потеплее укутать в сухую одежду, - сказал один мальчик и стал одевать на Стобеда свою теплую куртку. – И еще нужно позвать взрослых и вызвать «Скорую».

Вскоре вокруг собрались взрослые. Среди них оказался врач. После осмотра Стобеда врач сказал, что Стобед обморозился, т.к. долго пробыл в ледяной воде. Все вокруг стали давать советы. Они говорили, что нужно растереть обмороженные руки, ноги и щеки снегом, что Стобеду надо как можно скорее приложить теплую грелку, или принять горячий душ.

- Вот всего этого делать никак нельзя, - сказал врач. – а ты, Стобед, сними на несколько минут обувь и сделай небольшую гимнастику для стоп ног, а руки согрей легким дыханием на них или массажем. Потом нужно обернуть твои ноги шерстяным шарфом, а руки завернуть в теплую косынку. Так мы защитим кожу от холодного воздуха, а твои руки и ноги станут медленно отогреваться за счет тепла твоего организма. Очень хорошо было напоить тебя горячим чаем. А теперь тебя нужно доставить в больницу, - добавил врач после того, как Стобеда напоил чаем один из рыбаков.

... Очень грустно было смотреть на притихшего Стобеда. И тогда, я решила пойти на фабрику, где сделали игрушечного мальчика, и откуда он сбежал, чтобы посоветоваться, как быть дальше.

- Нельзя ли что-нибудь подвинтить или прибавить какую-нибудь гайку, чтобы Стобед стал послушным и больше не попадал в такие неприятные истории? – спросила я.

- Нет, - сказала медсестра, - ведь мы очень старались, и Стобед у нас получился совсем как настоящий мальчик. И справляться ему надо тоже по настоящему. Пусть сам исправляется!

Вот такая неприятная история приключилась со Стобедом. Он признал, что сам виноват и обещал, что больше никогда не будет играть и ходить по льду по реке. Он свое слово пока держит.

- А вы, ребята, играете на льду на реке?

... После зимнего приключения Стобед немного приуныл. Каждое утро после завтрака я говорила ему: «Пойди, погуляй!» Но он уверял, что гулять не хочет, и целыми часами смотрел в окно. А дети, которые мало гуляют, становятся бледными и слабыми. Вот и Стобед похудел и побледнел.

Было очень жаркое лето. Даже утром в комнате было очень душно, я Стобед по-прежнему не выходил на прогулку. Мне было очень его жаль.

- Давай сходим на речку, искупаемся там и позагорает, - предложила я ему.

– А то совсем ты стал непохожим на прежнего Стобеда, веселого шалуна и проказника. Ведь так и заболеть можно.

Стобед в ответ только жалобно на меня посмотрел, а его взгляд как бы говорил: «Нет, уж лучше не надо. А то я опять попаду в какую-нибудь беду.»

- Но ведь я пойду с тобой и буду за тобой присматривать, - добавила я. - В трудную минуту помогу тебе советом.

- Хорошо, я согласен. Пойдемте на речку. Но я сам за себя не ручаюсь, - добавил Стобед и горько вздохнул.

Я поняла, что сегодня ему очень стыдно за все свои прежние поступки. Ему очень хотелось поскорее стать настоящим мальчиком, но это превращение шло очень медленно. И Стобед это понимал.

Мы стали собираться. Через час были готовы и пошли. Погода стояла замечательная и было очень жарко. Всю дорогу Стобед молчал, но я заметила, с каким интересом он рассматривает все вокруг. Ведь он еще ни разу не был на реке летом. Постепенно Стобед стал оживать, на щеках появился румянец, я даже заметила, что он стал улыбаться. Он стал прежним Стобедом.

Вдруг большая коричневая бабочка опустилась на цветок и замерла, точно заснула на пушистой подушке. Стобед нагнулся, и ловко схватил схватив её за крылышки, подбежал ко мне.

- Смотрите, какую красоту я принес! – закричал он.

- А ведь ты эту бабочку убил, - грустно сказала я. – Она теперь жить не сможет...

- Почему? – удивился Стобед. – Я ее не обидел, я только чуть-чуть взял ее двумя пальцами.

- Это тебе кажется, что чуть-чуть, - объяснила я. – А у бабочки очень нежные крылышки, и она сейчас чувствует себя так, как будто огромный великан сжал ее железной лапой. Помнишь, как тебе было плохо, когда ты несколько раз попадал в больницу? Но тебя доктор вылечил, а ее уже никто не вылечит никто.

Стобеду стало очень грустно, и, опустив голову, он снова побрел по дорожке.

- Посмотри внимательно вокруг, - сказала я. – Видишь, какая красота здесь?

- Я все понял, - сказал Стобед. – Теперь не буду трогать бабочек, траву, не буду зря рвать цветы.

Наконец мы пришли к реке. До чего же здесь было красиво: берега утопали в зелени, а голубое небо и яркое солнце отражалось в воде. И повсюду на берегу - люди. Одни купались, другие – загорали.

Стобед быстро разделся и хотел бежать купаться.

- А плавать ты умеешь? – строго спросила я.

- Конечно, меня же Митя научил, - успокоил меня Стобед.

И Стобед убежал. Вскоре он вернулся и лег на полотенце позагорать.

- Смотри, долго не загорай, - напомнила я ему, - можно получить сильный солнечный ожог. Лучше загорать постепенно. Ты немножко полежи на солнце, а потом погуляй со знакомыми ребятами.

Стобед сразу вскочил на ноги и стал искать знакомых ребят. Они его тоже заметили, стали звать его к себе и махать руками.

- ну, ладно, я побежал, - сказал Стобед и хотел бежать.

- Постой, ты забыл свою белую панаму, - остановила я его. – Да смотри не снимай ее с головы, а то если ты долго будешь играть с непокрытой головой под солнцем, можешь получить солнечный удар, - напомнила я Стобеду.

- Ладно, ничего со мной не случится, - крикнул он на ходу.

Шло время. Стобед играл с ребятами в футбол на песке. На его голове белела панамка, и я успокоилась. Прошло еще немного времени. И тут я заметила, что в том месте, где играли ребята со Стобедом, начали собираться взрослые и дети. И тут я почувствовала, что со Стобедом случилась беда. И, действительно, когда я подбежала к толпе, то увидела Стобеда, лежащего на песке. Его белая панاما исчезла. Возле Стобеда суеился взрослый дядя. Он сказал, что не врач, но знает, что нужно делать при солнечном ударе.

- Его нужно быстрее отнести в прохладное место, - сказал он.

И Стобеда перенесли в тень деревьев.

- А теперь мальчика нужно уложить так, чтобы его ноги немного поднялись, а на голову положить смоченное в холодной воде полотенце.

Сказав это, взрослый дядя положил на голову Стобеда полотенце.

- Мальчик в сознании и ему можно дать крепкого холодного чая или холодной подсоленной воды, - добавил он.

Стобеда напоили водой. Вскоре приехала «Скорая помощь» и Стобеда отвезли в больницу.

... Через несколько часов его разрешили навестить. Стобед лежал в кровати и от стыда не поднимал глаза.

- Хорошо, что все благополучно закончилось, - сказала я строго. – А теперь расскажи-ка мне, куда девалась твоя белая панамка?

- Я ее ... потерял, - тихонько ответил Стобед, не поднимая глаз. – Я так заигрался в футбол с ребятами, что не заметил, как ее потерял. Да и искать некогда было, ведь наша команда проигрывала и нужно было забить мяч в ворота, - оживился он. – Только я не знаю, чем закончилась игра, - грустно закончил Стобед.

- После того, как ты упал на песок и потерял сознание, никто из ребят уже и не думал об игре, все хотели спасти твою жизнь, помочь тебе, - сказала я.

- Вот видите, я опять попал в беду, - грустно вздохнул Стобед, чуть не плача. – Наверное, я так никогда и не стану живым мальчиком.

- Все твои беды от того, что ты не слушаешь советов взрослых, а если и слушаешь, то быстро их забываешь.

- Да уж это правда, - тяжело вздохнул Стобед. – когда я поправлюсь, я исправлюсь. И уже не буду никогда в жаркие солнечные дни гулять без панамки, - пообещал Стобед.

Конспект беседы

«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»

Цель. *Продолжать знакомить детей о влиянии утренней гимнастики, закаливающих процедур на организм ребенка. Воспитывать желание вести активный образ жизни.*

Вы, ребята, конечно помните, что в прошлый раз я рассказала Стобеду грустную историю про девочку и ее младшего братишку. А сегодня послушайте, какую историю рассказал Стобед. Вот как это было...

- ... Ну, а теперь я слушаю твою историю.

Стобед помолчал, нахмурил лоб и начал:

- Сегодня я был в зоопарке...

- В зоопарке? С кем? Каким образом? – хотела спросить я, но промолчала, потому что перебивать рассказчика нехорошо.

- Так вот, я был в зоопарке, - продолжил Стобед, - и видел, как звери делают зарядку. Сначала из своего загона вышел слон, поднял хобот и затрубил: тру-ту-ту! И сразу все зашевелились в своих клетках: обезьяна стала раскачиваться на прутьях, как на турнике, медведь встал на задние лапы и пошел по кругу, жираф чал вертеть своей длинной шеей вправо и влево...

Тут Стобед немного запнулся, и я тихонько ему шепнула:

- Ты не выдумываешь, дружок?

- Выдумываю, - смутился Стобед, - но я же хотел вас развеселить и удивить. Не сердитесь, пожалуйста.

- Будем считать, что ты начал сочинять сказку, - успокоила я его. – И, знаешь, ты не очень ошибся, когда сказал, что звери делают зарядку. Это и правда бывает...

Теперь пришла очередь удивляться Стобеду.

- Правда? Вы сами видели? – спрашивал он, недоверчиво глядя на меня.

- Видела много раз. И завтра тебе покажу.

Утром мы вышли с ним во двор и увидели кошку, спавшую на залитой утренним солнцем скамейке. Услышав наши шаги, она встала, вытянула сначала одну заднюю лапу, потом другую, выгнула спину, выпрямилась, еще раз прогнулась. Потом повернула голову и, вся напружинившись, стала внимательно смотреть куда-то в сторону. Там, в куче песка, копошились воробьи – взмахивали своими маленькими крылышками, переступали лапками, топорщили перышки...

Кошка согнулась, присела на лапы, собираясь прыгнуть, но в эту минуту кто-то выбросил в форточку бумажку. Воробьи моментально взмыли вверх, кошка ловко и быстро отскочила в сторону, потом подошла к бумажке, понюхала ее издали, брезгливо отвернулась и снова легко вспрыгнула на скамейку.

- Ну, видел, Кошкину зарядку? – спросила я. – Она ей нужна, чтобы быть сильнее, лучше прыгать. А воробьям, чтобы лучше летать.

Зарядку делают не только звери и птицы, но и люди. В детском саду все дети делают зарядку утром и после сна. Она им нужна, чтобы дети были сильными, не болели.

... В одно пасмурное воскресное утро я сидела за столом и читала, а Стобеду дала рассматривать книжку с картинками. Но это занятие ему быстро надоело, и он стал дергать меня за рукав и без конца задавать всякие вопросы.

- Поиграем, - предложила я ему.
- Нет, почитайте мне эту книжку, - потребовал он.
- Но ты в ней ничего не поймешь.
- Тогда найдите такую, какую я пойму!

Пришлось мне порыться на книжной полке и поискать то, что могло быть интересно маленькому мальчику. Наконец, такая книга нашлась. В ней рассказывалось о докторе Струнзе, который жил в одной северной стране давным-давно, целых 200 лет назад.

Доктор так хорошо умел лечить людей, что слава о нем дошла до королевского дворца, и король сделал его своим придворным доктором. Однажды его позвали к королевскому сыну – маленькому принцу. Доктор осмотрел его и сказал, что принц болеет потому, что он слишком изнежен и ест только шоколадные конфеты да сладкие кремы. И распорядился, чтобы принц спал при открытом окне, ел супы и каши, пил молоко и ходил босиком по королевскому парку.

Принц начал выздоравливать, а король так обрадовался, что сделал Струнзе первым министром. Доброму доктору, конечно, хотелось, чтобы были здоровы все дети в стране, и, став министром, он поспешил открыть для них больницу и старался, как мог облегчить жизнь бедных людей. Это не понравилось королевским придворным, и они стали нашептывать королю, что доктор Струнзе жестоко обращается с принцем и хочет его погубить.

Доктора посадили в тюрьму, приковали цепью к холодной стене, а потом казнили.

- А что стало с принцем? – спросил Стобед.

- В спальне принца снова наглухо закрыли окна, дворцовым поварам приказали сбивать ему сладкие кремы и шоколадные торты, и очень скоро он стал снова болеть.

Слушая меня, Стобед задумался, загрустил, и, чтобы развеселить его, я стала рассказывать, что в нашем детском саду я видела, как дети после сна опускают в тазы свои розовые босые ножки, а воспитатели поливают их из леечек прохладной водой.

- Я тоже буду закаливаться! – закричал Стобед.

- Вот и молодец, - похвалила я его, - но начнем с того, что ты сейчас пойдешь гулять. Только давай-ка надень резиновые сапожки и курточку с капюшоном, потому что на улице моросит дождик.

Стобед ушел, а я стала наконец спокойно читать свою книгу и так углубилась в чтение, что не заметила, как дождь усилился и крупные капли застучали в окно.

- Где же Стобед? – всполошилась я, - ему уже давно пора быть дома.

В этот момент открылась дверь и на пороге появилась соседка Наталья Ивановна. За спиной ее спрятался Стобед. Но в каком он был виде! Капюшон он почему-то снял, и мокрые волосы прилипли к лицу, с рукавов куртки стекали ручьи, а когда я стала снимать с него сапоги, то из них вылилось по луже грязной холодной воды.

- Как это ты умудрился? - всплеснула я руками.

- А я вам объясню, - ответила вместо Стобеда Наталья Ивановна. — Он специально залез в канаву, полную воды, и стоял там...

- Я закалялся, - пролепетал Стобед.

Он так продрог, что даже говорить не мог, и, хотя он заслуживал наказания, мне стало его жалко. Я быстро стащила со Стобеда мокрые одежды и стала растирать его жестким полотенцем.

- Ой, щекотно, не надо! — вопил он, изворачиваясь в моих руках.

- Надо! — уговаривала я. — А то заболеешь.

- Как заболею? — изумился Стобед. — ведь я закалялся!

Пришлось рассказать ему, что ни за один день, ни за одну неделю, ни даже за один месяц закалиться нельзя и что закаляться нужно умеючи, постепенно...

Как ни старалась я согреть Стобеда, ничего не помогло. У него разболелась голова и горла, поднялась температура.

- Так я и знала, - вздохнула я, - теперь у тебя ангина. Придется пить лекарства и полоскать горло, чтобы прогнать этих противных стрептококков.

- Каких еще стрептококков? — спросил Стобед.

- Есть такие вредные микробы.

- Откуда же они взялись? Я ведь не ел немытых яблок.

- Микробы поселяются не только на овощах и фруктах. Они могли лежать в твоём собственном горле, но пока ты вел себя хорошо, они сидели тихо-тихо, потому что знали: им тебя не одолеть. А как только ты замерз и ослабел, они на тебя и накинулись. Так, что, пожалуйста, пополощи горло.

- Не буду, не хочу, не умею, - захныкал Стобед.

- А по-лягушачьи говорить умеешь? Нет? Тогда учись...

Стобед с любопытством уставился на меня, а я набрала в рот немного воды, не проглотила ее, а запрокинула голову и с водой во рту стала говорить: «Ах-х-х-х-х-х-х...»

В горле у меня забулькало, и получилось очень похоже на те звуки, которые издают лягушки.

- Дайте мне, пожалуйста! Я попробую! - развеселился Стобед.

Говорить по-лягушачьи ему понравилось, и он охотно полоскал горло по 5 раз в день.

Таблетки Стобед тоже научился глотать, послушно пил и теплое молоко. Поэтому я и смогла быстро его вылечить. А когда он выздоровел, мы начали закаляться. По-настоящему!

Теперь Стобед утром делает зарядку, умывается прохладной водой и днем сам напоминает мне, что пора начинать обливание ног... А в глубокие лужи он обещал мне больше никогда не залезать...

Конспект беседы

«Точечный массаж и дыхательная гимнастика»

Цель. *Объяснить детям дыхательный процесс, охарактеризовать физиологические особенности дыхания, развивать дыхательную мускулатуру, тренировать речевой и голосовой аппарат, знакомить с правилами выполнения гимнастики. Повышать общий жизненный тонус.*

- Ребята, посмотрите, кто это сидит в группе в уголочке? Вы узнали его? – спросила я однажды ребят.

- Да это наш Стобед, - ответили мне ребята, - он там читает какую-то книгу.

- А давайте у него спросим, что он там читает? И почему у него такой озабоченный вид? – предложила я ребятам.

Стобед отложил в сторону свою книгу и начал нам рассказывать.

- Ребята, я недавно был у врача. У меня очень болело горло. Врач посмотрел мое горло и выписал мне таблетки, которые нужно пить по 3 раза в день. А еще он мне сказал, что для профилактики нужно выполнять дыхательную гимнастику 2-3 раза в неделю, в облегченной одежде, в хорошо проветренном помещении при температуре воздуха не выше 17⁰, желательно в утренние часы (не раньше чем через 1 час после приема пищи) по 10-15 минут.

- Стобед, а ты знаешь, зачем нужна дыхательная гимнастика? – спросила я у него.

- Нет, Ирина Юрьевна, не знаю, - ответил Стобед. – Вот и сижу, в книге ищу. Но никак не могу найти.

- Понимаешь, Стобед, чем меньше ребенок, тем дыхательные пути, и слизистая оболочка, их выстилающая, очень нежная, легко воспаляющаяся даже под действием частиц пыли. Поэтому ребенку трудно дышать.

Теперь тебе ясно, Стобед? Вот поэтому помещение, в котором мы находимся, часто проветривается. В чистом, свежем воздухе меньше микробов, уменьшается риск заболеваемости.

Чем меньше ребенок, тем меньше его легкие, а потребность в кислороде велика, поэтому вы и дышите часто поверхностно...

Дыхательная гимнастика – это комплекс упражнений в основном с удлиненным выдохом. При выполнении упражнений нужно придерживаться правил:

1. Дышать с удовольствием.
 2. Дышать медленно.
 3. Дышать носом.
 4. Не дольше, чем оно доставляет удовольствие.
- Приготовились, ребята., Тогда начали:
1. Принять позу.
 2. Расслабились.
 3. Сосредоточились.
 4. Глубокий вдох.
 5. Превратились в самбистов и сделали «очищающее «ХА» дыхание»
 6. Отдохнули.

- А теперь, ребята и ты, Стобед, внимание. Наш путь лежит через горящие острова. Тушим огонь на островах. Задуть свечу – «ФУ».

- Ребята, Стобед, но что это? Опять препятствие на нашем пути. Кошей бессмертный со змеями встретился на нашем пути. Слышите, какой свист «С-С-С-С». Давайте порубим змея.

- Ирина Юрьевна, а что такое точечный массаж? – спросил Стобед.

- Точечный массаж, Стобед, повышает защитные свойства слизистых оболочек носа, глотки, гортани и других органов. Под действием точечного массажа организм начинает сам вырабатывать «лекарства», которые намного эффективнее и безопаснее таблеток. Точечный массаж каждый ребенок и взрослый могут делать сами. Даже ты, Стобед, сможешь делать дома точечный массаж, но если запомнишь все, то, что я сейчас покажу.

Точка 1. Связана со слизистой трахеей бронхов, а также костным мозгом. При массаже уменьшается кровообращение (15 раз в одну и 15 раз в другую сторону). Массаж этой точки способствует уменьшению кашля и улучшению кровообращения.

Точка 2. Регулирует иммунные функции организма, повышает сопротивляемость к инфекционным заболеваниям (15 раз в одну и 15 раз в другую сторону).

Точка 3. Область коренных зубов. Контролирует химический состав крови и одновременно слизистую оболочку гортани (15 раз в одну и 15 раз в другую сторону).

Точка 4. Шейный узел, надо массировать сверху вниз. Зоны связаны с регуляторами деятельности сосудов головы, шеи, туловища. Нормализуется работа вестибулярного аппарата (15 раз).

Точка 5. Расположена в области 7-го шейного и 1-го грудного позвонка. Оказывает большое влияние на излечение от гриппа.

Точка 6. Улучшает кровообращение в области глазного яблока и лобных отделов мозга (15 раз).

Точка 7. Улучшает кровообращение слизистых оболочек носа. Дыхание через нос становится свободным, насморк проходит (по 15 раз).

Точка 8. Воздействует на органы слуха и вестибулярного аппарата (по 15 раз).

Точка 9. Руки человека связаны со всеми органами. При массаже эти точки приводят в норму разные функции организма. Большой палец – в центре ладони, а указательный массирует тыльную сторону ладони совместно с большим пальцем.

- Благодаря дыхательной гимнастике и точечному массажу мы никогда не будем болеть, организм станет закаленным.

- Теперь я каждый день буду делать точечный массаж и 3 раза в неделю – дыхательную гимнастику, чтобы никогда не болеть, - пообещал Стобед.

Конспект беседы

«Минутки - пробудки»

Цель. *Закреплять знания детей о значении минуток – пробудок, воспитывать культурно-гигиенические навыки, помогать осознавать необходимость заниматься лечебной гимнастикой, улучшать гибкость суставов ног, работу позвоночника. Воспитывать бережное отношение к своему телу, вызывать ощущение бодрости, легкости в организме.*

С тех пор, как рассказали Стобеду о значении точечного массажа и дыхательной гимнастики, он стал придерживаться режима, по 2-3 раза на день выполнял точечный массаж и по 3 раза в неделю дыхательную гимнастику при открытой форточке. И, знаете, ребята, наш Стобед стал меньше болеть. Еще есть игровые упражнения, которые являются профилактикой простудных заболеваний, закаливания. Это – **минутки – пробудки**. Они помогут вам, ребята, освободиться от стрессов, перенапряжения. Эти упражнения помогают бережно относиться к своему организму, научат вас любить себя, свой организм, свое тело.

Хотите стать маленькими волшебниками, которые никогда не болеют? Тогда внимательно слушайте меня и выполняйте эти упражнения.

Итак, внимание!

1. **Потягивание.** Выполняем лежа (в кровати). Тянем левую пяточку вперед, левую руку вверх, вдоль туловища. На вдохе задерживаем дыхание, на выдохе произносим «ИДИ». То же левой ногой.
2. **То же двумя ногами.** Произносим «ШУСУМНА».
3. **Массаж живота.** Поглаживание живота по часовой стрелке, пощипывание, похлопывание ребром ладони и кулачком. Цель: улучшить работу кишечника.
4. **Массаж области груди.** Поглаживаем область грудной клетки со словами: «Я милая (ый), чудная (ый), прекрасная (ый)».
5. **Заводим машину.** Выполняется сидя. Ставим пальцы рук на середину грудины от вилочковой железы. И вращательными движениями по часовой стрелке заводим машину со звуком «Ж-ж-ж-ж-ж». затем то же против часовой стрелки.
6. **Лебединая шея.** Поглаживаем шею от грудного отдела к подбородку, вытягиваем шею, похлопываем по подбородку, любимся длинной, красивой шеей лебедя.
7. **Лепим красивое лицо.** Поглаживаем лоб, щеки, крылья носа, чтобы кожа была упругой. Надавливаем пальчиками точки переносицы, середину бровей, разглаживаем брови, похлопываем по щекам, подергиваем нос.
8. **Массаж головы.** Как граблями ведем к середине головы, затем расчесываем пальчиками волосы, спиральными движениями ведем от висков к затылку.
9. **Массаж рук.** Моем кисти рук, сильно трем ладони до ощущения сильного тепла.
10. **Качалочка.** Лежа на спине, подтянуть за колени ноги к животу. Раскачиваться вдоль позвоночника, затем с боку на бок. Цель: улучшить работу позвоночных дисков.
11. **Велосипед.** Поглаживание, пощипывание, сильное растирание голени и бедра. Лежа на спине «крутим педали велосипеда». Цель: улучшить кровообращение в ногах, восстановить работу кишечника.

- Внимание, ребята, приехали. Станция – группа. Ну, что ребята, стали бодрее, веселее, активнее?

Конспект беседы «Человеку о человеке»

Цель. *Познакомить детей со строением тела человека, строением его внутренних органов, их работой, учить бережно относиться к своему здоровью.*

Прошел почти месяц с нашей полезной встречи со Стобедом. За это время он изменился – стал более послушным, добрым, внимательным к другим. За все долгое время Стобед начал превращаться из робота-мальчика в доброго живого мальчика – в человека. И как любой мальчишка, он такой же любознательный.

Как-то раз, по почте пришла посылка на имя Стобеда. В ней была робот-собака. Её прислали нашему Стобеду с той же фабрики, где был сделан он сам. Ещё в посылке была записка: «Здравствуй Стобед, в этой посылке – собака. Она теперь будет твоим лучшим другом. Люби её и заботься о ней. Думаем, что с твоей помощью она скоро превратится в живую. Желаем успеха. Рабочие фабрики».

Прочитав письмо, Стобед очень обрадовался.

- Наконец-то у меня будет своя собственная собака.

Теперь каждый день Стобед гулял на улице со своим четвероногим другом. Они очень подружились.

Однажды они долго гуляли. Вернувшись, домой, Стобед стал оживлённо рассказывать о том, где они гуляли, кого встретили, чем занимались. А его собака в это время сидела рядом и внимательно смотрела на него, поворачивая голову то в одну, то в другую сторону.

- Знаете, - рассказывал Стобед, - мы сегодня с моим верным Дружком (так Стобед называл своего четвероного друга) бегали наперегонки. Я никак его не мог догнать. А когда я остановился и приложил к груди руку к груди, у меня вот здесь что-то стучало, - пожаловался мне Стобед. Может, я заболел?

- Нет, Стобед, ты в полнее здоров. А стучало у тебя в груди твоё **сердце**, - успокоила я его.

- А что такое сердце? Это что, машина такая? А она у всех есть? А у вас она есть? А у меня? А у моего Дружка? А у ребят? – вопросы из Стобеда так и сыпались.

- Сердце есть у всех людей, есть оно и у животных, - ответила я. Но у человека внутри есть ещё и лёгкие, почки, желудок.

Я встала, подошла к книжной полке и достала оттуда толстую книгу с рисунками и ещё журнал «Здоровье».

- Вот, возьми эту книгу, посмотри картинки. Читать ты уже умеешь, и сможешь сам прочитать под ними надписи, - с этими словами я подала Стобеду книгу и журнал.

В этот день Стобед очень долго листал страницы книги и внимательно рассматривал картинки. А ночью ему приснился удивительный сон. Наш любознательный Стобед превратился в крохотного человечка и отправился путешествовать по своему организму. Но отправился он не один, а с ним отправился и я. Вернее сказать, Стобеда повсюду сопровождал мой голос, мои пояснения и рассказы.

Слушай внимательно, Стобед, и смотри, - сказала я. Все то, что ты видел в книге, сейчас увидишь собственными глазами.

Наше путешествие началось, и маленький Стобед очутился внутри своего организма.

... Человек- это сложный организм. Он состоит из отдельных органов: **сердца, лёгких, глаз и т.д.** Каждый орган выполняет определённую работу. У каждого органа своя работа, но все органы зависят друг от друга. Вместе они составляют сложный организм. Пока ты, Стобед, не знаешь, что происходит в твоём организме, как стать здоровым и ни когда не болеть. Чтобы знать это, надо изучить строение организма и его работу.

-Стобед, прощупай у себя голову, туловище, руки и ноги. Что ты ощущаешь под кожей? – спросила я.

Стобед стал ощупывать себя всего с головы до ног.

- Под кожей у человека находятся твёрдые кости, - продолжала рассказывать я. – Они скреплены друг с другом так, что мы можем производить разные движения. Кости составляют скелет. В скелете различают череп, кости туловища и кости конечностей – рук, ног.

Пока я рассказывала, Стобед опять ощупал себя всего.

Череп состоит из наиболее прочных костей и охраняет самый сложный орган – **мозг. Позвоночник** тянется вдоль спины. К нему одним концом прикреплены рёбра. Рёбра вместе с позвонками и грудной костью образуют грудную клетку. Она защищает лёгкие и сердце. Кости ног, рук соединены с помощью суставов. Благодаря им, мы можем производить руками и ногами разнообразные движения.

- А теперь, Стобед, обхвати левой рукой правую выше локтя и быстро согни правую руку. Что ты чувствуешь?

- Я чувствую...силу, - радостно ответил Стобед.

- Ты прав. Это сокращаются **мышцы**. Они есть у человека на руках и ногах, на спине и животе, на груди. Мышцы двигают кости скелета. При помощи мышц мы можем ходить, двигать руками, туловищем, менять выражение своего лица.

- Вспомни, пожалуйста, Стобед, что нужно маленькому человеку для того, чтобы он рос, – попросила я.

- Ну, нужно, это самое... - Стобед замялся.

-Для роста детей нужна **пища**. Она должна быть разнообразной. Наряду с хлебом, молочными и мясными продуктами нужно употреблять разные овощи и фрукты. Тогда организм получит все нужные ему вещества.

- Но как же мясо и каша, хлеб и овощи, молоко и сахар попадут в мой мозг, мышцы и другие органы? – удивился Стобед.

- Оказывается, в органах пищеварения все эти продукты превращаются в питательные вещества, которые через кровь поступают ко всем органам нашего тела.

Обработка пищи начинается **во рту**. Здесь она пережевывается зубами, смачивается слюной, перемешивается и по широкой трубке – пищеводу поступает в желудок. В нем пища находится 3-4 часа, мясная больше, а затем переходит в кишечник. Там она окончательно переваривается и через стенки кишечника поступает в кровь и разносит ею по всему организму.

- Стобед, а теперь задержи дыхание, сосчитай, сколько времени ты можешь не дышать, - попросила я.

Стобед долго не дышал, а потом резко сделал выдох и задышал часто-часто. Отдышавшись, он сказал, что чуть не задохнулся.

-Без пищи и воды человек может прожить несколько дней, а вот без воздуха не проживёт и несколько минут, - продолжала рассказ я. – Это ты испытал на себе сейчас. Человек дышит всегда - и когда работает, и когда гуляет, и когда спит.

Когда мы делаем вдох, воздух поступает сначала **в нос**. В носу находится много сосудов, по которым струится горячая кровь. Поэтому даже холодный воздух в носу согревается. Внутри нос покрыт слизью с ресничками. Реснички задерживают пыль и грязь, а слизь - вредных микробов. Очищенный и согретый воздух попадает в лёгкие. Они похожи на две большие розовые губки. Лёгкие человека проделывают огромную работу. Им нужно помогать в этой важной и трудной работе. В помещении, где собирается много людей, в воздухе становится меньше кислорода. Таким воздух становится трудно дышать. Поэтому, Стобед, не забывай чаще проветривать свою комнату, особенно перед сном; больше гуляй в лесу, в полях, там воздух особенно чистый и свежий.

- А теперь ответь мне еще на несколько вопросов. С помощью какого органа мы видим предметы? Различаем звонок на урок? Какой орган помогает нам отличать запах черёмухи от запаха малины? С помощью какого органа отличаем сладкую пищу от горькой? Чем покрыто наше тело снаружи?

Стобед немного подумал.

- Это уши, глаза, нос, язык, кожа. — ответил он.

- Правильно, это они наши помощники. У каждого человека есть пять органов чувств. Они сообщают человеку о том, что его окружает, предупреждает об опасности.

Орган зрения – глаза. Природа оберегает их. Веки и ресницы защищают их от яркого света и пыли. Если в глаз попадает соринка, её смывает слеза. А брови задерживают капельки пота, стекающие со лба, и не дают им попасть в глаза. При неосторожном обращении с острыми предметами можно поранить глаз, и он вытечет, как яйцо. А потерянный глаз ничем не заменишь.

Чтобы сохранить своё зрение до старости, нельзя читать и писать лежа, нельзя смотреть на солнце или яркие лампы без защитных очков; нельзя тереть глаза руками: при этом можно занести грязь и микробов. Глаза можно вытирать чистым полотенцем, носовым платком. А при заболевании нужно обратиться к врачу.

Орган слух – уши. С помощью ушей мы различаем речь, голоса животных, музыку, звуки. При повреждении органов слуха человек становится глухим.

Нельзя ковырять в ушах спичками, булавками и другими острыми и твёрдыми предметами. Так можно повредить уши. Очень вредно действуют на слух громкие звуки. Поэтому нужно избегать сильных и резких звуков. Если в ухо попадёт какой-нибудь острый предмет, залетит насекомое или возникнет боль, нужно немедленно обратиться к врачу.

Орган обоняния – нос. При помощи обоняния мы узнаём предметы по запаху. При сильном насморке больной почти не чувствует запахов. Если в нос попадает посторонний предмет, нужно обратиться к врачу.

Орган вкуса – язык. Он покрыт слизистой оболочкой, в которой расположены вкусовые сосочки. Когда мы берём пищу в рот, она раздражает язык и мы различаем горькую, сладкую, кислую и солёную пищу. Языку помогает определить качество пищи органы зрения и обоняния. Когда мы берём пищу в рот, то чувствуем не только вкус, но и запах, годится ли пища для употребления.

Орган осязания – кожа. При помощи кожи мы ощущаем прикосновения предметов, тепло. Холод, боль. Это очень важно. Прикоснувшись к листьям крапивы или горячему утюгу, человек узнаёт, что крапива жжется, а утюг горячий.

Кожу надо содержать в чистоте, ежедневно мыться до пояса, а раз в неделю в ванне.

- Вот наше путешествие подходит к концу.

- Пойдите, а вы ничего не рассказали мне о моём сердце, перебил меня Стобед.

- Ой, а я и забыла уже. Ну, слушай. Всего в организме человека 5 литров крови, а у детей немного меньше. Кровь- это жидкость красного цвета. Красный цвет ей придают красные кровяные тельца. Они разносят по телу кислород, необходимый для жизни. Еще в крови есть белые кровяные тельца. Они предохраняют организм от заразных заболеваний.

Кровь в теле человека непрерывно течёт по особым трубочкам- кровеносным сосудам. Сама по себе кровь двигаться не может. Её проводит в движение сердце. Человеческое сердце невелико. Величина его с кулак. Оно защищено грудной клеткой и находится в её левой части.

- Да, - согласился со мной Стобед. – вот оно слева в груди стучит. -сердце работает непрерывно, даже когда мы спим. Но нельзя работать или бегать до изнеможения: так можно ослабить сердце. Необходимо чередовать труд с отдыхом.

Наше путешествие закончилось.

... На следующий день рано утром Стобед проснулся в своей собственной кровати и не мог понять, как он оказался в ней.

-Ведь только что я путешествовал по своему организму, видел легкие, сердце, кости, мозг, - удивился он. – А теперь я здесь лежу в своей кровати. Ничего не понимаю.

- Не пугайся, Стобед, и не удивляйся, - успокоила я его. Ведь это был просто сон.

- А откуда вы знаете, что я путешествовал по своему организму, - шепотом спросил Стобед, и от удивления вытаращил на меня глаза.

- Ты так громко разговаривал, что я всё слышала. И неважно, что это был сон. Главное, что ты теперь знаешь строение своего организма

- Да, я теперь очень много знаю. Вот послушайте, что я знаю теперь.

-Я – человек, я – мальчик. Как у всех у меня есть руки, ноги, голова, уши, нос, язык. Это мои помощники: с их помощью я узнаю о мире, в котором живу. Глаза мне нужны, чтобы видеть предметы, людей, звезды и солнце; уши- чтобы слышать, как говорят люди; руки- брать предметы; ноги – ходить, бегать. Я люблю своих помощников, учусь оберегать их от грязи, болезней, ушибов. Есть люди, которые от рождения или из-за болезни лишены каких-то органов чувств. Если у человека не видят глаза, его называют слепым, если не слышат уши - глухим. Таким людям тяжело жить, поэтому я должен им всегда помогать, никогда не смеяться над ними.

Ещё у меня, как у всех людей есть мозг, сердце, желудок, легкие. Это внутренние органы, их не видно, но я их чувствую: слышу, как бьётся сердце, когда я много и быстро бегаю, слышу, как я дышу. Мозг, желудок, лёгкие, сердце.... Желудок перерабатывает пищу, которую я потребляю, а если я плохо пережевываю, желудок страдает от этого. Легкие помогают дышать,

они как бы воздушные шары внутри организма. Когда я вдыхаю воздух, я им наполняю эти шарики, когда выдыхаю – «сдуваю» шарики, чтобы потом снова набрать свежего воздуха. Если вдыхать очень холодный воздух, можно заболеть. Сердце, как моторчик, «гоняет» по всему телу и кормит меня изнутри. А самый главный орган – мозг. Он находится в голове, он управляет всеми другими органами. Он самый главный мой помощник. Вот как много я узнал. Это все мне пригодится, ведь скоро я превращусь в настоящего живого человека. А пока я смогу многому научить других детей, познакомить их со строением человеческого организма.

Конспект беседы:

«Правильная осанка и профилактика плоскостопия»

Цель. *Дать детям общие сведения об осанке, путях её формирования, знакомить с профилактикой плоскостопия*

Недавно вечером Стобед пришел домой очень грустным. И вот, что он рассказал:

- Недавно меня пригласили дети в школу. Я, конечно, очень обрадовался, ведь я ещё никогда не был в настоящей школе. Когда я туда пришел, то была перемена. Все дети вокруг меня бегали, прыгали, играли в разные игры. Им было очень весело. Глядя на них, мне самому очень захотелось повеселиться, отдохнуть. Но тут я заметил одного мальчика, который один медленно брел по длинному школьному коридору. А позади себя он тащил свой портфель. Я очень удивился и спросил у знакомой девочки, почему он так ходит. На мой вопрос она ответила: «А! Это Сидоров из 2 «А». Он всегда так ходит».

Но тут прозвенел звонок, и перемена закончилась. Все ребята засуетились, побежали. А это самый Сидоров опять побрёл по коридору, еле волоча ноги. И я решил понаблюдать за этим мальчиком.

А пока шел урок, я бродил по коридорам и рассматривал разные стенды, картины, объявления, стенгазеты, читал надписи на дверях. И вдруг дверь класса открылась. Из неё вышел, знаете кто? Тот самый Сидоров. Даже не оглядываясь назад, а только по его походке, я сразу догадался, что это он. Только он мог, еле волоча ноги, словно дряхлый старик. При этом он шел, согнувшись вперёд, и смотрел себе под ноги, словно что-то потерял и ищет, но никак не может найти.

А когда он садился за книгу, на него больно было смотреть.

Он не мог сидеть прямо, не сгибаясь, и 10 минут. Сперва подопрет голову одной рукой, потом другой и в конце концов ляжет всей грудью на стол. Такая у него была слабая спина. А почему?

Только потому, что он не любил давать работу своим мышцам. Ребята бегут трудиться, а он всякий раз найдёт предлог, чтобы увильнуть. Даже на уроках физкультуры он вечно присаживается на скамеечку у стены – у него, мол, на прошлой недели был насморк и он себя, плохо чувствует. Я теперь его зову молодым старичком, хоть мы и подружились.

- Каждый человек с детства должен постоянно следить за правильной осанкой. Осанка – это правильное положение тела при стоянии, ходьбе и сидении. Тогда скелет человека будет нормально развиваться, и фигура станет стройной, и красивой, - начала объяснять я. – Правильная осанка не только делает человека стройным и красивым. При правильной осанке происходит нормальное дыхание, хорошо работает сердце, свободно движется кровь по телу. А у твоего Сидорова плохая осанка, поэтому он такой вялый.

- А почему портится осанка? – спросил Стобед.

- От чего портится осанка? Ты замечал когда-нибудь, Стобед, какие тяжёлые портфели носят школьники? – задала я Стобеду вопрос.

- Видел, как мальчики и девочки несут, нет, тащат тяжёлые портфели. Они даже сгибаются от такой тяжести, - ответил Стобед.

- Да, школьникам младших классов приходится носить много книг и тетрадей. Тяжёлые портфели оттягивают руку, заставляют сгибаться позвоночник. Бок выпирает, спина сгибается. Лучше, полезнее и удобнее носить ранцы за спиной.

Часто дети сидят за партой во время занятий или дома за столом, когда готовят уроки, сильно нагнувшись или опираясь на край грудью, искривившись в одну сторону. От этого позвоночник постепенно искривляется, грудная клетка сдавливается, нарушается дыхание, ухудшается работа сердца и всех органов. Человек становится сутулым, кособоким.

И нужно обязательно запомнить основные **правила посадки за столом**:

1. Сидеть прямо, слегка наклонив голову вперёд.

2. Не упираться грудью в край стола. Расстояние между тобой и краем стола должно равняться ширине ладони.

3. Обе ноги ставить на пол подошвой.

4. Почувствовав усталость, надо отдохнуть. Откинуться на спинку парты или стула, заложить обе руки за спину.

- И чтобы не превращаться в таких молодых старичков, как твой Сидоров, нужно заниматься физкультурой и спортом. Физический труд развивает мышцы, и человек становится сильным и ловким. Занимаясь утренней гимнастикой, катаясь на лыжах и коньках, человек развивает разные группы

мышц. А мышцы помогают держать туловище ровно, не сутулясь, и не горбясь.

Потом Стобед горько вздохнул и продолжил:

- А ещё он рассказал мне, что недавно обратился к врачу с жалобами на боли в ногах: стопах, икрах и даже пояснице. Врач сказал ему, что это признаки плоскостопия.

- Да, врач прав. Плоскостопие чаще всего возникает у слабых, плохо развитых физически детей. Но плоскостопие излечимо. Для предупреждения и лечения его принимаются гимнастика, массаж и даже специальная обувь. Но полезнее всего бегать босиком по траве, песку.

Вот какие упражнения можно делать дома:

1. *Сидя на стуле, брать пальцами ног разбросанные по полу карандаши.*
2. *Подскоки на одной ноге, на цыпочках. В пальцах другой ноги зажать платок.*
3. *Походить на носках и пятках.*
4. *Вытянуть вперед руки, поднять пальцами ног с пола носовой платок.*

Внимательно выслушав мой рассказ, Стобед немного подумал и сказал: «Нужно обо всем этом завтра же рассказать моему другу Сидорову. Может быть, услышав этот рассказ об осанке и плоскостопии, он станет следить за своей осанкой и избавиться от плоскостопия. Я очень на это надеюсь!

Конспект беседы:

«Береги глаза с детства»

Цель: дать детям общие сведения о строении глаза, учить беречь глаза от травм, заботиться о своем зрении.

Однажды гулял наш Стобед по улице и встретил своего приятеля Сидорова. Как обычно Сидоров опять рассказал Стобеду о своей беде. Оказывается, он был сегодня у врача, и тот выписал ему рецепт на очки, которые ему уже купили. И с завтрашнего дня Сидоров будет носить очки. Стобед конечно удивился и не поверил ему, но Сидоров сбегал домой и принес очки, чтобы показать их Стобеду. Очки были небольшие, розового цвета и очень красивые.

- Я не буду их носить, - горько вздохнув, сказал Сидоров.
- Но почему? – удивился Стобед.- Тебе их выписал врач, значит их носить обязательно надо.
- Надо-то, надо, - опять вздохнул Сидоров. – Да меня все ребята во дворе и классе будут дразнить.
- Ничего не бойся и не трусь, - успокоил его Стобед.

На другой день Сидоров вышел из дома в очках. Но подходя к школе, он увидел ребят из своего класса и снял очки. Но все-таки один мальчик увидел его в очках и закричал:

- Посмотрите, наш Сидоров теперь ходит в очках. Ха-ха-ха! Вот потеха, вот смеху то будет, когда он зайдет в класс, и его все увидят!

И все дружно засмеялись. Но Сидорову было не до смеха. Но тут из-за угла появился наш Стобед.

- Плохо смеяться над человеческой бедой, - сказал он. – Я вот еще только наполовину человек, и то мне жаль Сидорова. Ведь он не виноват, что у него заболели глаза, и врач выписал ему очки. С каждым такое может случиться. А тебе, Петров, должно быть стыдно!

Ребята вокруг перестали смеяться и задумались. Один Петров продолжал хихикать. Но вдруг подул сильный ветер и погнал по дорожке пыль, листья. Неожиданно Петров ойкнул и схватился рукой за глаз.

- Что случилось? – испугались ребята.
- Мне что-то в глаз попало, - ответил он. – Ой, мне очень больно.

И он принялся тереть глаз кулаком.

- Не делай так, а лучше приложи мой чистый носовой платок к глазу. А вы, ребята, сбегайте в школу за кем-нибудь из взрослых, - попросил Стобед.

Вскоре пришла учительница. Узнав, что случилось, она сказала, что срочно нужно отвезти мальчика в больницу к врачу-специалисту, потому что только он один сможет достать из глаза соринку. Вместе с ними в больницу поехал наш Стобед.

Вот и больница. Возле кабинета врача стояли люди. Но когда они узнали, что мальчику нужна срочная мед. помощь, они его пропустили вне очереди. После осмотра врач сказал, что у мальчика в глазу была соринка. Но он её достал из глаза и теперь ему можно идти домой. Петров сразу же повеселел, стал рассматривать стенды на стене. На стене крупными буквами было написано: **«Береги глаза!»** А внизу – картины, на которых было написано, что нужно делать, если в глаз что-то попало, и что нужно знать, чтобы не болели глаза.

Вечером Петров пришел в гости к Стобеду. Там был и Сидоров.

- Ты извини меня за то, что я тогда смеялся над тобой, - попросил Петров у Сидорова. – Я был не прав. Сегодня я сам чуть не оказался без глаза.

Вот лучше послушай, что мы нашли в книге о глазах, - сказал Стобед и начал читать:

- Орган зрения – глаза. С помощью глаз мы видим предметы, воспринимаем их форму, величину, цвет. Глаза помогают нам установить, движется

предмет или он неподвижен. Глаза позволяют нам читать. С помощью глаз человек воспринимает большую часть окружающего мира. Ни один из органов чувств не может дать человеку столько впечатлений, сколько дают глаза.

- Природа оберегает их. Веки и ресницы защищают их от яркого света и пыли. А если в глаз попадает соринка, её смывает слеза, а брови задерживают капельки пота, стекающий со лба, и не дают им попасть в глаза.

- При неосторожном обращении с острыми предметами: иглами, ручками, карандашами, а также вовремя опасных игр глаз можно поранить, и он вытечет, как яйцо. А потерянный глаз ничем не заменишь.

- Острое зрение нужно всем людям. Чтобы сохранить свое зрение до глубокой старости, нельзя читать и писать лежа и при плохом освещении.

- Если низко наклонить голову или читать лежа, то можно стать близоруким, и тогда придется носить очки. Во время работы свет должен падать с левой стороны, иначе тень от правой руки закроет тетрадь. Книга или тетрадь должна находиться на расстоянии 30-35 см от глаз, тогда глаза будут меньше уставать. Через каждые 20-30 минут чтения надо делать небольшой перерыв, чтобы дать глазам отдых.

Не смотрите на солнце или яркие электрические лампы без защитных очков. Это вредно. Никогда не трите глаза руками: при этом можно занести грязь и микробов. Глаза можно вытирать только чистым полотенцем или носовым платком. При заболевании глаз всегда обращайтесь к врачу-окулисту, - закончил чтение Стобед.

Конспект беседы:

«Ознакомление с полезными и вредными растениями»

Цель. *Дать детям общие сведения о полезных и вредных (ядовитых) растениях. Учить различать их по внешнему виду. Воспитывать бережное отношение к растениям.*

Наш Стобед стал намного послушнее. Однажды я сказала ему:

- У меня скоро начинается отпуск. Давай с тобой выберем время, например, следующее воскресенье и сходим в лес. Ты погуляешь на свежем воздухе.
- Давайте, давайте, - закричал Стобед и от радости захлопал в ладоши.

Последние дни перед отпуском тянулись очень долго. Стобед скучал и каждый день перед сном считал, сколько дней осталось до воскресенья. Наконец, томительное ожидание закончилось. Проснувшись утром и посмотрев на календарь, Стобед крикнул:

- Ура! Вот и воскресенье. И примчался ко мне на кухню с вопросом – Скоро мы пойдём в лес?

Я взяла сумку, положила туда еду и термос с водой. Пока я собирала сумку, Стобед быстренько умылся, почистил зубы, надел спортивный костюм, взял белую панамку. Он нетерпеливо топтался и ждал меня

Тихим летним утром мы отправились на прогулку в лес. Солнце неторопливо поднималось на небосводе, на траве ещё блестели капельки росы. Они искрились и переливались всеми цветами радуги.

Повсюду порхали бабочки, жужжали пчёлы, перелетая с цветка на цветок, птицы устраивали настоящий концерт. Стобед весело бежал по тропинке и с интересом рассматривал все вокруг.

Как здесь красиво! – прошептал он. – А это кто ещё? Фу, какой противный. Всю красоту портит! – скривил губы Стобед.

По дорожке полз длинный, скользкий дождевой червяк. Стобед подбежал и наступил на него.

- Посмотри-ка, внимательно вокруг, - сказала я, - видишь крохотный холмик земли? Это червяк насыпал, когда вчера после дождика выползал наверх подышать... Представляешь себе, сколько ему пришлось трудиться? А какие длинные туннели он просверлил под землёй! Теперь без него все они обвалятся и пропадут.

- Ну и пусть, - пробурчал Стобед. _ Кому эти тоннели нужны?

- Видишь на той полянке цветы? – спросила я. – Когда в земле есть такие ходы, она становится мягкая и рыхлая, корни хорошо дышат. А затвердеет земля, цветок завянет. Всем растениям нужна работа червяка. И если бы цветы могли говорить, они на тебя бы пожаловались. И ещё кое-кто на тебя обижен.

- Кто? – удивился Стобед и застыл с открытым ртом.

- Пчела, которая собирает нектар с этих цветов. Что такое нектар? Это душистая сладкая жидкость. Из неё потом пчела делает мед. Вот прилетит она сюда, покружится над увядшими цветами и улетит ни с чем. И сама останется голодной, и нас не сможет угостить мёдом. Вот что ты натворил.

- Выходит, я сам себя обидел и наказал? – с изумлением спросил Стобед.

- Да, выходит так, - ответила я.

Стобед опустил голову и задумался.

... Лес понемногу светлел. Все чаще встречались берёзы. Больше стало солнце, густела трава. Стобед рассматривал бабочку, которая села на цветок, и вдруг заметил рядом на траве огромную чернику. Такую - он ещё никогда не видел. Только ягода почему-то росла посередине четырёх листьев и была похожа на чёрный блестящий глаз. «Какая странная черника», - подумал Стобед и все же сорвал её: уж больно она была аппетитная.

У Стобеда была очень скверная привычка: задумавшись, он тащил в рот невероятные вещи – то совал травы, то грыз кончик карандаша. Однажды он чуть не проглотил улитку!

Но на этот раз он черную ягоду есть не стал, а догнал меня, разжал кулак, в котором бережно нес ягоду, и похвалился:

- Смотрите, какую огромную чернику я нашёл! Из одной - полбанки варенья получится. Я могу его с друзьями за один раз съесть.

- И останешься без друзей, если сам выживешь.

- Почему? – спросил Стобед.

- Потому что никакая это не черника, вороний глаз – очень ядовитая ягода.

- И правда на вороний глаз похожа, - сказал Стобед.

- Потому так и называется, - добавила я. – Эта ягода-глаз всегда одна растёт. А на кустике черники ягод всегда много.

- Тогда давайте вырвем его, - предложил Стобед.

- Зачем?

- Он же вредный, ядовитый, значит, ненужный.

- Это для людей он вредный, а для птиц полезный.

- Значит ненужных растений не бывает?

- Ну, конечно не бывает, - подтвердила я.

- Я недавно видел в книге на рисунке тоже ядовитое растение. Там вот как было написано: «Лютик ядовитый из семейства лютиковых».

Их что очень много? – спросил Стобед

- Да, много.

- А какой из лютиковых самый ядовитый?

- Лютик ядовитый. Он так и называется. У него тоже есть братья: лютик жгучий и лютик едкий. Ядовитый и жгучий растет в сырых местах, а вот едкий – на лугах, вдоль дорог. Лютик едкий – это куриная слепота, так его прозвали в народе. У него листья блестящие, как лакированные, а на стебле много мягких волосков. А перед плохой погодой его цветки закрываются и клонятся к земле.

- А жгучий лютик, наверное, жжется?

- Угадал. От его сока на коже появляются нарывы и прыщи.

Вообще, обо всех лютиковых не расскажешь. Их так много. Есть еще белена, она тоже ядовитая. Но кроме этих вредных растений, от которых ты хотел бы избавиться, есть и полезные, лекарственные растения - продолжала я.

- А их тоже много или совсем немножко?

- Лекарственных растений больше, чем ядовитых, но чтобы не ошибиться, нужно знать и отличать лекарственные растения - от ядовитых. Из лекарственных растений делают лекарства. Стобед, а ты знаешь хотя бы несколько таких растений?

- Да, знаю. Это подорожник, он возле дорог растёт. Отсюда и его название. Еще я знаю, что он помогает заживать ранам. Если вот упал на землю и поранил коленку, нужно обязательно промыть ранку йодом, а потом приложить подорожник, и всё заживёт

- А знаешь, что ещё замечательного у подорожника? Мы топчем, топчем его, ходим, а он не исчезает. Плотно прижал к земле свои упругие листья с прочными жилками.

- А ещё есть полезные растения – это душица и чабрец, - продолжал Стобед.

- Меня вы поили чаем из них, когда я заболел гриппом и кашлял.

- Да, эти травы помогают при простуде, а ещё помогает обыкновенная малина и липа. А какой из них получается душистый чай, а самое главное – полезный при простуде, гриппе.

- Одуванчик, - продолжила я свой рассказ, - помогает останавливать кровь; а свежая крапива – от лихорадки, ревматизма; отвар зверобоя помогает при кашле, его используют для полоскания рта при неприятном запахе; ромашка аптечная помогает при желудочно-кишечных заболеваниях, при болезни почек; васильки используют в качестве глазных примочек; мать и мачеха помогают при простуде, кашле, а отвары и настои из неё помогают при лечении мелких язвенных ранок; щавель помогает восстановить запас витаминов в организме; корень репейника или лопуха служит для улучшения обмена веществ, при язве желудка.

- А я думал, что он тоже вредное растение, - перебил меня Стобед. – Если пройдёшь мимо него, обязательно прилипнет к одежде. А ещё я укрываюсь его большими листом, как зонтом, от жаркого солнца, а из цепких цветков люблю «лепить» разные фигурки.

Вот бы избавиться от вредных растений, - предложил Стобед. В лесу остались бы только полезные растения.

- В лесу ничего трогать нельзя, потому что нет ничего лишнего. Все растения надо беречь и охранять. Даже опасных. Некоторые из них нужны не только птицам и животным, но и человеку. Потому, что из ядовитых растений делают лекарства от разных болезней. В некоторых лекарствах есть немного яду. Но он не отравляет людей, а наоборот, лечит. А ты «избавиться!» Ведь избавишься хотя бы от одного растения, а погибнуть может весь лес.

... А вечером Стобед попросил у меня бумагу, краски, нарисовал и сделал такую надпись: «Дети, берегите природу!» и еще сочинил такой стишок (он сказал мне по секрету, что этот стишок он написал, когда вспомнил, как хотел сварить варенье из ядовитых растений)

Взяли в рот бутерброд,

И котлету, и компот.

А того, что есть нельзя,

Не берите в рот, друзья!

И нарисовал плакат с надписью: «Дети, не ешьте незнакомые ягоды и растения!»

Конспект беседы:

«Ознакомление со съедобными и ядовитыми грибами»

Цель. *Дать детям сведения о съедобных и ядовитых грибах, учить различать их по внешнему виду, воспитывать бережное отношение к грибам.*

Стобед по-прежнему жил у меня. Просыпался он рано. Окно всегда было распахнуто. И свежий утренний ветерок, птичьи голоса, шелест листвы – все торопило: скорей, скорей выпрыгнуть из постели!

А это утро было каким-то особенным. Солнце заглядывало в окна, светило вовсю. А птицы устроили настоящий концерт.

- Вставай, вставай Стобед!

Стобед быстренько вскочил с постели.

- Быстрей на зарядку! – снова слышались из сада знакомые голоса.

У калитки стояли Таня и Ваня, ребята из соседнего дома. У Вани были рыжие волосы, а курносый нос был весь усыпан веснушками. А Танины светлые косички, завязанные голубыми ленточками, были похожи на пшеничные колосья с васильками. И они дружно принялись делать зарядку.

- Молодцы, ребята! – сказала я. – Чудная погода. Плюс 20 градусов в тени, можно принимать душ на открытом воздухе.

Ребята искупались, потом решили позагорать (конечно, в белых панамках).

- Мальчики, послушайте, какое я сочинила стихотворение, - вдруг сказала Таня. – Оно о нас, как мы загораем:

Мы на солнце полежали
И друг друга не узнали.
Кто же мы – ребятки
Или шоколадки?

- Здорово, - похвалил девочку Стобед. – Но стихи-то стихами, я вот так лежать и ничего не делать – скучно. Что будем делать? Куда сходим?

- А давайте пойдем в лес за грибами, - предложил Ваня. – Ребята рассказывали, что они принесли полные корзинки грибов.

- Тогда пойдемте, - заторопился Стобед.

- постойте, надо сначала предупредить взрослых, что мы пошли в лес за грибами, чтобы они не волновались и не искали нас, - остановила ребят Таня.

- Вот ты беги и говори, - пробурчал Ваня.

- Я сейчас, я мигом, - и девочка умчалась.

- Пойдем, Стобед, а Таня нас догонит по дороге, - предложил Ваня и они отправились. Вскоре их догнала Таня и сказала, что взрослых она предупредила.

-Еще я корзинку захватила.

... Но вот ребята вошли в березовую рощу.

- Смотрите, какой красивый гриб с красной шапочкой! – закричала Таня.

- Это подосиновик, - сказал Стобед. – Ай да Таня! Клади его в корзинку.

- Я нашла первый гриб! Я нашла первый гриб! – закричала Таня. – Это гриб - первогриб! А вот еще один! Тоже в красной шапочке и еще красивее.

Таня высоко подняла обеими руками огромный мухомор.

- Это же мухомор! – засмеялся Ваня. – Брось его, Таня! Он вредный.

- Уходи, мухоморище! – Таня бросила мухомор в кусты.

- Зря вы так говорите о мухоморе, - заступился Стобед за гриб. – Да, для нас, людей – он ядовитый, но он полезный и даже лечебный для животных. Им даже звери лечатся от болезней.

- Вот это да! – удивленно воскликнула в один голос Таня и Ваня.

- Смотрите, - сказал Стобед, - там за деревьями что-то светлеет. Этот поляна. Там, наверное, много грибов – подберезовиков. Давайте посмотрим!

- Раз-два-три! – и все бросились бегом на поляну. Полянка была небольшой, совсем круглой, но очень уютной. Посреди на некотором расстоянии друг от друга росли белоствольные березки и другие деревья.

- А вот и подберезовики, - подпрыгнула от радости Таня.

И не только они одни, - добавил Ваня.

И они все вместе стали дружно собирать грибы.. через некоторое время корзина была полная грибов.

- А теперь давайте посмотрим, какие грибы у нас в корзинке, - предложила Таня.

- Вот мой первый гриб! – Таня достала из корзинки подосиновик.

- Вот белый гриб, и еще белый, и еще, - Ваня доставал из корзинки один гриб за другим.

- А вот... - Ваня на мгновение замер с очередным грибом в руке. – Я не знаю как он называется.

- Это лисички, - пришел на помощь Стобед. – Это шампиньон, это сыроежки, это опята, они растут на пнях. А вот это уже не настоящие опята, а ядовитые, они называются ложные опята.

- Правда? – удивился Ваня, - но ведь и эти грибы росли на пне, и я подумал, что это тоже опята и поэтому сорвал их.

- Многие ядовитые грибы очень похожи на своих съедобных братьев. И если не знать различия, то можно просто-напросто отравиться, - пояснил Стобед.

- А ты сам-то знаешь, чем они отличаются друг от друга?

- При сборе грибов нужно особое внимание обратить на то, что на срезе гриба, т.е. на его ножке. Ядовитый перешейковый гриб сначала краснеет, а затем синееет, а схожие с ним съедобные: моховик синееет, а масленок не меняет окраски. Ядовитый сатанинский гриб сначала краснеет, а затем синееет, а схожий с ним съедобный гриб дубовик сразу синееет. Ядовитый желчный гриб розовеет, белый цвета не меняет, а подберезовик темнеет со временем. молодые бледные поганки покрыты общей белой пленкой, которая по мере выращивания гриба становится прикорневым чехлом и кольцом вокруг ножки.

Ядовитая ложная лисичка окрашена более ярко, у нее крупные красно-оранжевые пластинки. У ядовитого ложного опенка, в отличие от настоящего, нет кольца на ножке, а нижняя сторона шляпки зеленовато-серая. Ядовитый ложный валуй не имеет, в отличие настоящего валуя, рубчатой шляпки.

Ребята внимательно слушали Стобеда. После его рассказа несколько секунд стояла тишина.

- Откуда ты все это знаешь? – спросил Ваня.

- Я первый раз в лесу тоже собрал полную корзину грибов, но только больше половины из них были ядовитыми. А потом мне знакомые посоветовали прочитать книгу о грибах. Там очень много было картинок с подписями, как различать съедобные грибы от ядовитых. Я вам тоже дам почитать эту книгу, и никогда больше не будете путать грибы, а в вашей корзинке всегда будут только съедобные грибы.

Ваня и Стобед взяли полную корзинку грибов, а Таня букет цветов и отправились домой.

Конспект беседы:

«Правила обработки овощей и фруктов»

Цель. *Познакомить детей с правилами обработки овощей и фруктов, рассказать о микробах, познакомить с их внешним видом.*

Стобеду очень хорошо жилось. Он помогал мне ухаживать за садом и огородом, научился поливать грядки, подметать дорожки.

- Знаешь новость? – сказала однажды я. – К нам в гости придут ребята. Давай-ка соберем клубнику, угостим их.

- Давайте! – согласился Стобед.

Ягоды он собирал аккуратно, ни одной не помял, не раздавил. Только вот не удержался: как только я отворачивалась, быстро клал ягоду не в корзинку, а в рот.

- Какая досада, - сказала я, заглянув в корзину, - клубники у нас, оказывается, совсем мало. Просто нечего подать к столу... Знаешь, что: сходи-ка купи мороженого. Мы украсим его клубникой, будет очень вкусно и красиво.

Стобед с радостью побежал в магазин. Купив мороженое, он развеселился.

Ну и растяпа же я! – воскликнул он и остановился, как вкопанный, и шлепнул себя рукой по лбу. – Ведь мне уже говорили, что нельзя есть немывтые ягоды, фрукты и овощи.

... И Стобед вспомнил, как он впервые увидел клумбы, грядки, а я попросила его нарвать к обеду редиски и укропа. Через 5 минут Стобед примчался на крыльцо с пучком укропа и редиски в руках. И не успела я похвалить его, как он выхватил самую красивую редиску и попытался засунуть ее в рот.

- Что ты делаешь? – закричала я. – Она грязная.

Стобед с сомнением посмотрел на редиску и стал обтирать о свою курточку.

- Теперь чистая! – заявил он. – Ну, где вы видите грязь?

- Ведь я то ее не вижу, даже в очках. Но думаю, что если и живут где-то поблизости чудовища, то как раз на этой симпатичной редиске. И я их тебе сейчас покажу...

В моей комнате стоит письменный стол и на нем микроскоп. Теперь он оказался очень кстати. Я капнула чуть-чуть воды на редиску, стряхнула каплю на стеклышко, положила его под объектив микроскопа, покрутила его колесики, чтобы лучше настроить, и тогда стала видна удивительная картина: на темном поле суетились, бегали, сталкивались друг с другом сотни живых существ, похожие на палочки со жгутиками на концах.

- Это чудовища? – удивился Стобед. – Но они же такие миленькие и маленькие.

- Маленькие, но не совсем миленькие. Они очень вредные. Вот ты проглотил бы их вместе с немывтой редиской, они бы у тебя внутри стали жить, выделять яды, у тебя бы очень сильно заболел живот, поднялась температура. Понял?

- Понял, - вздохнул Стобед. – Дайте, я вам что-то скажу на ушко. И, обняв меня за шею, зашептал: - Помните, у меня недавно болел живот, и вы мне лекарство давали? Так я теперь знаю, почему: вы принесли яблоки, а я взял одно прямо из пакета и съел. Теперь уже ни яблок, ни редиски, ни огурцов никогда есть не буду!

- А вот это опять неправильно. Кто ест овощи и фрукты, тот быстрее растет, становится здоровый и сильный. Только их надо мыть хорошенько. Вот смотри.

Я вымыла сначала каждую редиску и каждую веточку укропа отдельно, потом положила все в дуршлаг и для верности обдала кипяченой водой. Вымыв руки с мылом, мы сели за стол. Стобед с аппетитом хрустел редиской, крошил в суп укроп и был очень доволен.

... Вспомнив это, перед глазами Стобеда так и поплыли ягоды, которые он съел. Он понял, что на клубнике ведь тоже есть микробы, как и на немых яблоках и редиске. На одной клубнике прилип комочек грязи, другая была в мелких песчинках, у третьей бочок оказался подгнившим и скользким. Ясно, что он наглотался микробов. Что теперь делать? Ведь Стобед забыл, что фрукты и овощи надо мыть.

- Съем я побольше мороженого, - решил он, - и если ко мне в живот попали микробы, они тут же все перемерзнут и умрут. И он стал быстро откусывать то от одного, то от другого, то от третьего брикета. Зубы Стобеда застучали от холода, он весь ооченел. Глотать мороженое было больно, во рту оно почему-то становилось горячим и шершавым – скребло горло...

... Наконец Стобед услышал чей-то голос, дышать стало легче.

- Где я? – подумал он, открыл глаза и увидел, что лежит на диване, а рядом стоят ребята.

- Какое огорчение, какая беда, - говорили дети. – Стобед заболел.

«Значит, заболели не микробы, а я сам», - догадался Стобед.

И снова закрыл глаза и подумал: «Когда поправлюсь, все им честно расскажу. И уже никогда не буду есть ни немых ягод, ни ледяного мороженого. Да еще так много, так еще и без спросу...»