**Беседа «Будь всегда вежливым»**

**Цель:** Воспитывать уважение к окружающим взрослым и сверстникам. Раскрывать перед детьми сущность понятия "вежливость": вежлив тот, кто всегда внимателен, добр к людям воспитателям, няне, родным, близким, окружающим взрослым и детям . Систематизировать правила вежливого поведения. Упражнять детей в анализе своих поступков, в понимании того, соответствуют ли они правилам вежливости.

**Подготовка к беседе**: Предварительно дать задание детям понаблюдать за поведением окружающих. В течение года включать в план чтение художественных произведений В. Осеевой "Три сына", "Волшебное слово". Подобрать соответствующие рисунки, фотографии, приготовить дидактическую игру "Так и не так".

**Содержание.**

Воспитатель, обращаясь к детям, говорит:

- Случалось ли у вас такое, чтобы вы не знали, как нужно поступить? Например: встретились у входа в детский сад с чьей-то мамой и не знаете, войти в дверь первым или подождать, пока она пройдет? Воспитатель дает возможность детям вспомнить правило. Ответы детей.

-Дети, когда вас кто-нибудь толкнул, не помог, был не справедлив с вами, что вы тогда чувствовали? Огорчение, обиду? А может быть, кто-нибудь из вас сам случайно был неловок или невнимателен? Как узнать, правильно ли ты себя ведешь?

Дети вспоминают случаи из жизни. Создается обстановка непринужденности. Ребята слушают, вместе размышляют, правильно ли они поступали в той или иной ситуации.

Педагог побуждает детей к самостоятельным суждениям, предлагает вспомнить известные им правила и подводит детей к верным ответам.

Воспитатель подбирает для беседы двух-трех детей. Один из них хорошо усвоил правила поведения, другой многого не знает.

- Когда при встрече говорим "здравствуйте", этим приветствием желаем человеку здоровья и вообще всего хорошего. Если произнести это слово приветливо и сделать поклон головой, то мы доставим человеку, которого приветствуем, радость, он обязательно улыбнется. А если это же слово сказать небрежно, не поворачивая головы, то такое приветствие не очень-то приятно. А какими еще вежливыми словами можно приветствовать?

* Добрый день. Добрый вечер. Доброе утро.
* А прощаясь?
* Сказать не только "до свидания", но и "всего доброго".
* Надо здороваться со взрослыми и детьми. За руку здороваются только взрослые. Не кричать через улицу свое приветствие, это невежливо. Если воспитатель твоей группы стоит не один, то надо сказать всем "здравствуйте".

Дети повторяют правила.

Пользуйся словами вежливого обращения, - говорит воспитатель.

* "Здравствуйте", "До свидания", "Пожалуйста", "Будьте добры", "Извините", "Спасибо", "Благодарю", "Разрешите войти" и другое.
* Будь приветлив и вежлив со всеми взрослыми.
* Не перебивай взрослых, не вмешивайся в их разговор.
* На улице, дома, в детском саду, в транспорте и других общественных местах говори спокойно, негромко; веди себя сдержанно; не требуй к себе особого внимания.
* Не ешь во время спектакля, демонстрации кинофильма.
* Слушай старших внимательно, стой при этом спокойно, смотри в лицо собеседнику.
* Умей выслушать товарища, не перебивая. С уважением относись к труду и отдыху старших, не мешай взрослым, не шуми, не капризничай.
* Уступай в транспорте место взрослым и малышам. Подай стул или уступи место вошедшему взрослому.
* Подними и вежливо подай оброненный кем-то предмет /карандаш, варежку и т. п. .
* Мальчикам: пропускай вперед девочек в транспорт, в помещение.
* Помоги малышу или сверстнику надеть пальто, застегнуться, повязать шарф.
* Делись с товарищами игрушками, книгами, играй дружно.
* Умей признать, что был неправ.
* Старайся уступить товарищу в спорте, игре, помочь ему договориться с ним.

**КАЖДОМУ ДОШКОЛЬНИКУ НАДО ЗНАТЬ ЭТИ ПРАВИЛА И ВЫПОЛНЯТЬ ИХ!**

**БЕСЕДА «МОЙ ДРУГ МОЙДОДЫР» личная гигиена**

**ЦЕЛЬ:** Воспитание у дошкольников культуры внешнего вида - создание единства внешнего и внутреннего состояния маленького человека.

**СОДЕРЖАНИЕ:**

* Встреча с доктором Айболитом
* Рассказ доктора Айболита: Личная гигиена - это поддержание чистоты своего тела. Она необходима не только для сохранения своего тела, здоровья, но и для развития хороших, доброжелательных отношений с окружающими людьми.

Кто опрятен - тот опрятен.

Рассказывает о позиции этикета, о правилах ухода за телом и лицом, руками и ногами, о необходимости личных предметов гигиены: носового платка, зубной щетки, расчески, мочалки или губки, полотенец для лица и тела.

* Загадывает загадки о предметах личной гигиены. Альбом, (приложение)
* Беседа с детьми.

**Примерные ВОПРОСЫ:**

1 .Что вы делаете для того, чтобы внешне выглядеть

красиво?

2. Что такое "личная гигиена\*1? Почему необходимо быть чистым и опрятным человеком? 3.Чистке ли у вас руки, лицо, уши, шея, зубы?

4.Когда их следует мыть?

5 Почему необходимо стричь ногти на руках и ногах? б.Что значит «принимать душ"? Когда это следует делать?

7.Для чего человеку служит нос? Когда и где мы можем его чистить.

ЗАКРЕПЛЕНИЕ.

Чтение К.Чуковский Мойдодыр» А.Барто «Девочка чумазая»

- **РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.**

В домашних условиях необходимы три важных условия воспитания гигиенической культуры: постоянная индивидуальная работа с ребенком, личный пример старших в семье, наличие красивых предметов личной гигиены в ванной комнате. С раннего детства приучать детей к душу, позволяя самостоятельно его принимать. Следует говорить о необходимости содержания в чистоте половых органов, не делая при этом страшного или смущенного лица. Ребенок сам должен следить за чистотой трусиков. Надо постоянно говорить о правилах пользования туалетом, о соблюдении в нем чистоты и порядка.

**Беседа «Мы едем в автобусе».**

**Цель.** Познакомить с правилами поведения в транспорте.

**Содержание:**

* Во второй половине дня на прогулке воспитатель предлагает детям поиграть в «поездку в автобусе». Вместе с детьми устанавливают "ширму-автобус", расставляют стулья, прикрепляют "кассу с билетами"... Затем воспитатель, обращаясь к детям, говорит:
* Малыши хотят покататься с нами в автобусе... Покатаем их? /Дети радостно выражают согласие/. Но, прежде чем пригласить малышей, вспомним главные правила поведения в автобусе. Ведь они будут брать с нас пример.

Дети перечисляют правила. Воспитатель дополняет. Затем он предлагает детям занять места.

* А кто у нас будет водителем? /Вызывает Женю/. Теперь в путь.

Женя, подвези нас, пожалуйста, к малышам. Водитель объявляет маршрут, дети едут. На одной из остановок воспитатель садится с куклой НЕЗНАЙКОЙ. Один из детей уступает воспитателю место, педагог благодарит ребенка.

Во время поездки Незнайка громко разговаривает, требует место у окошка, пытается стать Ногами на сиденье, разбрасывает конфетные обёртки. Воспитатель просит детей напомнить НЕЗНАЙКЕ, как надо себя вести в автобусе, как поступать в разных случаях. Дети с охотой указывают Незнайке на его ошибки. Тот благодарит, он теперь всё хорошо запомнил и знает, как надо себя вести.

Затем в автобус приглашают малышей - небольшими группами: автобус делает несколько "рейсов", группы меняются.

Для освоения правил поведения очень способствуют игры - упражнения, когда воспитатель одной фразой описывает какую-либо ситуацию, а дети также коротко характеризуют ее последствия или отвечают, как при этом надо себя вести. Если в начале игры дети затрудняются с ответами, воспитатель сам заканчивает два-три первых примера. Но уже вскоре, поняв суть игры, дети включаются в нее очень активно.

Воспитатель, корректируя ответы детей, объясняет примерно так:

* Если ты станешь прыгать в автобусе, громко разговаривать, то....
* Это будет мешать другим пассажирам, - заканчивает ребенок.
* Если ты залезешь на сидение с ногами, будешь сорить, то...
* В автобусе будет грязно, и другим пассажирам - детям и взрослым - будет в нем неудобно и неприятно, - говорит другой ребенок.

Для игры-упражнения могут быть выбраны, конечно, и положительные примеры. Воспитатель говорит:

* Если девочка шла, споткнулась о камень, упала и уронила книгу, то...

-Надо помочь ей встать, почистить одежду, поднять упавшую книгу, - продолжают

дети.

***Полезно с детьми повторить правила поведения в транспорте:***

* ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВОЙТИ В АВТОБУС, ТРОЛЛЕЙБУС, ТРАМВАЙ, ДАЙ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРОЙТИ ВЫХОДЯЩИМ.
* ПРОПУСТИ ВПЕРЕД ИНВАЛИДОВ. ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ, МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ, В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ ПОМОГИ ИМ.
* В ВАГОНЕ НЕ ОСТАНАВЛИВАЙСЯ У ДВЕРЕЙ, А ПРОЙДИ ВПЕРЕД, ОСВОБОЖДАЯ МЕСТО ДРУГИМ ПАССАЖИРАМ. СТОЯТЬ И ПРОХОДИТЬ

НАДО ТАК, ЧТОБЫ ПО ВОЗМОЖНОСТИ НЕ БЕСПОКОИТЬ ДРУГИХ ПАССАЖИРОВ, НЕ ЗАДЕВАТЬ ИХ СВОЕЙ СУМКОЙ, НЕ НАСТУПАТЬ НА НОГИ.

* СТАРАЙСЯ САДИТЬСЯ ТОЛЬКО В ТОМ СЛУЧАЕ, КОГДА УБЕДИЛСЯ, ЧТО РЯДОМ НЕ СТОЯТ ПОЖИЛЫЕ ИЛИ БОЛЬНЫЕ ЛЮДИ, МАЛЕНЬКИЕ ДЕТИ, ЖЕНЩИНЫ.
* НЕ ЗАНИМАЙ СИДЕНЬЕ ПОЛНОСТЬЮ, ЕСЛИ ОНО РАСЧИТАННО НА ДВОИХ.
* НЕ СТАВЬ НА СИДЕНЬЯ СУМКИ И ПАКЕТЫ, ЕШИ КТО-ТО СТОИТ РЯДОМ И ДРУГИХ СВОБОДНЫХ МЕСТ НЕТ, ЛУЧШЕ ПОСТАВИТЬ ВЕЩИ НА КОЛЕНИ ИЛИ НА ПОЛ ОКОЛО СЕБЯ.
* УСТУПАЯ КОМУ-НИБУДЬ МЕСТО, МОЖНО СКАЗАТЬ: "САДИТЕСЬ, ПОЖАЛУЙСТА". МОЖНО СДЕЛАТЬ ЭТО МОЛЧА.
* ОБРАЩАТЬСЯ К СТОЯЩЕМУ РЯДОМ ЧЕЛОВЕКУ С ПРОСЬБОЙ ПЕРЕДАТЬ ДЕНЬГИ НА АБОНЕМЕНТЫ ИЛИ АБОНЕМЕНТ НА КОМПОСТЕР СЛЕДУЕТ ВЕЖЛИВО И СПОКОЙНО: "ПОЖАЛУЙСТА, ПЕРЕДАЙТЕ /прокомпостируйте/..." НЕ ЗАБУДЬ ПОБЛАГОДАРИТЬ ЗА ОКАЗАННУЮ УСЛУГУ.
* НЕ ВХОДИ В ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ С МОРОЖЕННЫМ, ПИРОЖКАМИ, ПИРОЖНЫМ И т.д., ЧТОБЫ НЕ ИСПАЧКАТЬ ОДЕЖДУ СВОЮ И ПАССАЖИРОВ. В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ НЕ СОРИ И НЕ СТРЯХИВАЙ СНЕГ ИЛИ ДОЖДЕВЫЕ КАПЛИ С ОДЕЖДЫ.
* ЧИХАЯ И КАШЛЯЯ, ПОЛЬЗУЙСЯ НОСОВЫМ ПЛАТКОМ.
* НЕ ПРИВОДИ В ПОРЯДОК СВОЮ ВНЕШНОСТЬ. НЕ ЧИСТИ НОГТИ, НЕ КОВЫРЯЙ В ЗУБАХ, УШАХ ИЛИ НОСУ.
* НЕ ЗАГЛЯДЫВАЙ В ГАЗЕТУ ИЛИ ЖУРНАЛ ДРУГОГО ПАССАЖИРА, ЧТОБЫ НЕ БЕСПОКОИТЬ ЕГО.
* НЕ РАЗГЛЯДЫВАЙ ПАССАЖИРОВ.
* НЕ ПЕРЕГОВАРИВАЙСЯ ГРОМКО СО СВОИМИ СПУТНИКАМИ. НЕ СМЕЙСЯ ГРОМКО.
* НЕ ПРИСЛУШИВАЙСЯ К РАЗГОВОРАМ ДРУГИХ ПАССАЖИРОВ.
* К ВЫХОДУ ГОТОВСЯ ЗАРАНЕЕ, ЧТОБЫ НЕ ПРОБИРАТЬСЯ ПОТОМ ЧЕРЕЗ ТОЛПУ ПАССАЖИРОВ.
* НАПРАВЛЯЯСЬ К ВЫХОДУ, СПРАШИВАЙ СТОЯЩИХ ВПЕРЕДИ, НЕ ВЫХОДЯТ ЛИ ОНИ, В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ОНИ ЕДУТ ДАЛЬШЕ, ВЕЖЛИВО И СПОКОЙНО ПОПРОСИ ПРОПУСТИТЬ ТЕБЯ.
* МУЖЧИНЫ И МАЛЬЧИКИ ВЫХОДЯТ ИЗ ТРАНСПОРТА ПЕРВЫМИ И ПОМОГАЮТ СПУСТИТЬСЯ СВОИМ СПУТНИЦАМ.

**Беседа «Мой дом, наведу порядок в нем".**

**Цель:** Воспитание у детей культуры поведения, желание поддерживать чистоту и порядок в доме, группе, на участке.

**Содержание:**

У каждого человека есть свой дом, который не только является местом жительства, но и характеризует его личность: беспорядок в доме показывает, что главная черта его хозяина - проявляемая во всем Беспорядочность. Человек, не любящий свой дом и не делающий ничего, чтобы сделать его чистым, красивым, невнимателен и к своим близким и друзьям.

Пригласить гостей в грязный дом - значит показать неуважение к ним. Следить за домашней чистотой и порядком необходимо.

Работа над понятиями;

дом, наведение красоты, соблюдение порядка, следить за домом, уют, хозяин дома Примерные вопросы:

* Для чего человеку нужен дом?
* Расскажите о доме, в котором вы живете (квартира, комната,).
* Как вы помогаете маме или бабушке содержать дом в чистоте?
* Кто создает в доме уют? Что такое уют?
* Какая одежда должна быть на человеке, убирающемся в доме: чистая и красивая; опрятная; новая; грязная, старая и дырявая; трудно

или легко отстирываемая? Почему вы так думаете?

* Сима пришла из детского сада и расстроилась: в её комнате грязно и неуютно, носки валяются под кроватью, на стуле лежит бельё.

"Бабушка,- закричала Сима,- ну что же ты не убралась в моей комнате? Как я буду в такой грязи? Ничего не ска­зала. Как вы думаете, почему?

**Закрепление:**

В детском саду ежедневно дают поручения по наведению порядка и чистоты.. Уборку группы детскими силами можно проводить регулярно: к празднику, родительском; собранию т.п.

Чтение К.Чуковского "Федорино горе".

**Работа с родителями:**

Необходимо приучать ребенка отвечать за порядок в своей квартире, комнате. Важно, чтобы с детских лет ребенок любил свой дом, помогал взрослым в создании в нем красоты и порядка. Похвала и поощрение способствуют закреплению в сознании дошкольника убеждения в необходимости жить в уютном, чистом и красивом доме. Напоминать ежедневно терпеливо и спокойно о том, что следует убирать свои вещи и игрушки на место. Этому учат и девочек и мальчиков. Таким образом воспитывается чувство ответственности за свой дом.

**Беседа « Как понравиться людям».**

**Цель:** Воспитание у дошкольников культуры внешнего вида - создание единства внешнего облика и внутреннего состояния маленького человека.

**Содержание:**

Каждый человек нуждается в любви и желает им нравиться. Взрослые придумали правила, помогающие человеку быть приятным и привлекательным для себя и окружающих, и назвали их « искусством нравиться». А также чтобы понравиться людям нужно обращать внимание и на внешний облик. Рассматривая значение одежды и обуви жизни человека обращаем внимание на этикетные моменты: она дает окружающим сведения о человеке (интересуется ли человек своей внешностью, в богатой или бедной семье живет, любит заниматься спортом или нет, идет в гости или гулять и т.д.).

Давайте сначала поговорим об искусстве нравиться людям.

Существуют правила искусства нравиться:

* любить людей;
* быть красивым и привлекательным;
* быть добрым и веселым, внимательным и заботливым к людям;
* приветствовать людей при встрече и говорить приятные слова при прощании;
* уметь красиво сидеть, стоять, ходить;
* уметь слушать своих собеседников;
* говорить людям комплименты;
* обращаясь к человеку, называть его по имени. При этом следует быть искренним в проявлении любви к людям.

Быть аккуратно и чисто одетым - значит уважать людей находящихся рядом. С красиво хорошо одетым человеком приятно общаться, хочется дружить. Соблюдая этикет, мы надеваем тот вид одежды, который наиболее соответствует возрасту, занятию, сезону. Существуют виды одежды:

* легкая и теплая; весенняя, летняя, осенняя, зимняя;
* верхняя и нижняя;
* нарядная, праздничная и ежедневная;
* спортивная и вечерняя.

Одежда может быть красивая и некрасивая; чистая и грязная; удобная и неудобная, опрятная и неопрятная.

За сохранностью и чистотой своей одежды и обуви каждый следит сам. Сочетание различной одежды, которую надевает человек, называется костюмом. Например: Пиджак и брюки, жакет и юбка, платье и жакет.

Провести работу над понятиями:

* вежливость, доброта,
* искренность, искусство нравиться,
* комплимент, любовь,
* привлекательность, приветствие, умение слушать.
* аккуратность,
* внешний вид,
* костюм,

Примерные вопросы по беседе:

* Что значит «любить»? Кого вы любите?
* Что вы делаете для того , чтобы вас любили: мама, папа, друзья, ребята в группе?
* Какие добрые слова мы говорим друзьям и близким? Для чего мы их говорим?
* Какими словами мы приветствуем своих знакомых при встрече? Зачем это следует делать?
* Что значить « уметь слушать собеседника».
* Что значит уважать людей находящихся рядом?
* С каким человеком приятно общаться : с красиво и опрятно одетым или наоборот?
* Как вы думаете, для чего нужна одежда?
* Как вы храните одежду и ухаживаете за ней?
* Можно ли в один ящик положить брюки, носки, свитер, майки, трусики?
* Почему платья, пиджаки вешают в шкаф на плечики? Где висят пальто и куртки?

**Закрепление.**

Важно постоянно наблюдать за поведением детей, доброжелательно оценивая выполнение правил искусства нравиться. Периодически говорить детям: как ты красиво выглядишь, какая добрая улыбка и т.д. А также обращать внимание на внешний вид и одежду, отмечая, что она очень красивая, чистая и соответствует сезону.

Чтение: А. Барто. «Модница». «Любочка». «Сто одежек». Маяковский. «Что такое хорошо и что такое плохо». С.Михалков. «Фома».

**Работа с родителями.**

Желательно обращать внимание родителей на умение детей быть приятными в общении, что влияет на их положение в детском и взрослом коллективе. Также предоставить возможность самому ребенку оценивать свой внешний вид , т.е. следить за одеждой и обувью, чистотой бельевых ящиков .

**Беседа «Зачем человеку завтракать, обедать, ужинать».**

**Цель:** Обогащать словарь детей словами - аппетит, клетки, жиры, белки, углеводы.

Приучать детей к правильному режиму. Дать детям понять, что организм сам регулирует количество принимаемой пищи, необходимое ему для нормального роста и развития.

**Материал:** Иллюстрации с изображением белковой и углеводной пищи; строение внутренних органов человека

**Содержание:**

Если задать вопрос - зачем человек ест?

Можно сразу ответить - чтобы не умереть с голоду. Так что оно так, но почему пища так важна для жизни?

Наверно, трудно это объяснить. Не беда, попробуем в этом разобраться вместе.

Для начала хочу спросить, знаете ли вы, что наше тело состоит из удивительных, крохотных частичек - клеток?

Каждая клетка - живой организм, она живет, дышит, питается, растет, стареет и умирает.

Только 2-3 месяца живут клетки , которые придают нашей крови красный цвет.

А клетки, которые живут, находятся внутри желудка, стареют и умирают уже через 5 дней! Отжившие клетки заменяются новыми. На смену им рождаются молодые клетки. Так продолжается всю жизнь человека.

* Догадайся, откуда берется материал для этой непрерывной работы.
* Верно, из пищи.

В детском возрасте потребность в пище особенно велика. Дело в том, что у всех людей клетки одинаковой величины. Но у высоких людей их больше, чем у детей. А вы растете, а это значит, что количество клеток в твоем теле день за днем прибавляется.

А все вещества, необходимые для роста и развития твоего организма, приходят с пищей, которую ты потребляешь.

Вот почему нужно слушать взрослых, когда тебе говорят: Ешь хорошо, а то не вырастешь! Недостаток питательных веществ замедлит образование и рост новых клеток.

Из этих веществ и состоит вся наша пища - белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли и вода.

Теперь, вы понимаете, почему пища так важна для жизни? Но это еще не все. Нужна нам пища еще и потому, что это «топливо», которое согревает наше тело и приводит в движение разные органы. При переваривании пищи в организме выделяется энергия, которая нужна нам для того, чтобы дышать и говорить, ходить и бегать, играть и работать. Она необходима для поддержания нормальной температуры тела, работы мозга, сердца, почек, и всех тех клеток организма.

Зачем организму нужно переваривать пищу, "расщеплять" её на мельчайшие частицы.

Да затем, что только в таком виде пища становится доступной клеткам нашего тела.

Ведь клетки очень - очень маленькие. Детям обжорство так же вредно, как и голодание.

Вы должны получать каждый день определенное количество пищи. Ребята с избыточным весом менее подвижны, быстро устают, но самое главное превышение веса приводит ко многим болезням. Мало есть тоже вредно. При недоедании ребенок слабеет, худеет, быстро устает от физических нагрузок, болеет и плохо растет.

Нужно, чтобы твое питание было разнообразным. Для переваривания пиши организму требуется часа три. Вот и есть нужно примерно часа через три с половиной - четыре часа.

Постарайся кушать в одно и тоже время.

Надеюсь, сейчас вы поняли, почему так важно соблюдать режим, почему так важно соблюдать режим, почему так важно завтракать, обедать и ужинать?

Для того, чтобы быть здоровым, сильным, бодрым!

**Приятного аппетита!**