



ES ESMU VESELS UN STIPRS KO DARĪSIM FEBRUĀRĪ

- sniegt bērniem izpratni par to, ka viss dzīvais ēd.

Lai dzīvotu, ir jāuzņem barība, jāēd;

- veidot bērnos kultūrhigiēniskās iemaņas ēšanas laikā, apgūt galda kultūru. Nostiprināt zināšanas par galda piederumiem, to lietošanu;
- mācīt rūpēties par saviem mājas dzīvniekiem, dzīvo dabu ziemā;
- sniegt bērniem izpratni par slimību cēloņiem, slimību ārstēšanu;
- veidot bērniem personīgās higiēnas iemaņas: mazgāt rokas pirms ēšanas, pēc tualetes, kad netīras. Kāpēc?
- audzināt bērnus tīrības un kārtības izjūtu, vēlēšanos rūpēties par veselību;
- vingrināt bērnus apzināt un izjust savu ķermeni kustībā, miera stāvoklī,



orientējoties telpā, apkārtnē;

- pēc sejas izteiksmes un mīmikas noteikt emocionālo stāvokli (prieku, bēdas, sāpes – jušana veselam cilvēkam un slimam);
- vingrināties savaldīt savas negatīvās emocijas (pamatot – dusmās un bēdās cilvēks var ātrāk saslimt. Negatīvās emocijas

novājina organisma aizsargspējas);

- audzināt vēlēšanos kopt, vingrināt un siprināt savu ķermeni, kustības, fizisko spēku;
- mācīt bērnus rūpēties par sevi, savu higiēnu, veselību;
- rūpēties par sev tuvajiem cilvēkiem un dzīvniekiem (mums ir jārūpējas par tiem, kurus pieradinām);
- audzināt pienākuma apziņu, bildību. Domā, pirms dari, apzināties sekas (rezultātu) savai darbībai (ja es darīšu tā, būs tā, vai arī – man būs tā ...).



SARGI PATS SEVI, TAD ARĪ DIEVS TEVI SARGĀS

(Latv. tautas paruna)



BĒRNU DARBI

- ❖ dzīvnieku un putnu vērojumi dabā, apkārtnē;
- ❖ ekskursija uz virtuvi;
- ❖ daiļliteratūras klausīšanās par cilvēkiem un dzīvniekiem, putniem, viņu attiecībām, mīklu par ēdamlietām minēšana;
- ❖ bērnu stāsti par ēdieniem, vērojumi dabā, mājas un meža dzīvniekiem;
- ❖ tēlotājdarbībā veidot, aplicēt, zīmēt tēmas par veselību, pārtikas produktiem, ēdieniem, dzīvniekiem mežā, mājās;
- ❖ klausīties audzinātājas stāstu par veselību un slimību, kāpēc vajadzīgs katram savs dvieļis, zobu birste...
- ❖ pārrunas un bērnu stāsti par savu veselību, slimību, vannas istabu mājās;
- ❖ pārrunas ar bērniem par dzīvnieku uzvedību pirms un pēc ēšanas (izmantojot kopīgos vērojumus);
- ❖ klausīties daiļliteratūru par attiecīgo tēmu;
- ❖ tēlotājdarbībā aplicēt un zīmēt vitamīnus (augļus, dārzeņus u.c.), ar krāsām attēlot veselību, slimību, tīrību, netīrību, baciļus, mikrobus (skāboņi un grauzoņi – zobu bojātāji);
- ❖ ar pašvērojuma palīdzību (spoguļa priekšā) apzinās sava ķermeņa daļas, puses. Audzinātāja vingrina bērnus tās apzināt, aicinot izpildīt dažādus uzdevumus ar orientēšanos telpā (pa vienam un trim, četriem).



- Vecākie bērni var noklausīties un izpildīt instrukciju ar 2-3 uzdevumiem;
- ❖ vingrinājumi un rotaļas, kas palīdz orientēties apkārtnē;
 - ❖ pēc sejas mīmikas noteikt cilvēka emocionālo stāvokli;
 - ❖ kustību rotaļas dažādu pamata kustību vingrināšanai un attīstībai, ar dzīvnieku kustību atdarināšanu;
 - ❖ zīmēt savu portretu (drauga, mammas, tēva), arī visa augumā, izkrāsot. Izmantot spoguļi sava auguma, apgērba apskatīšanai.
 - ❖ bērnu stāsti no savas pieredzes par ģimenes locekļu savstarpējām attiecībām, uzmanību, rūpēm vienam pret otru.
 - ❖ tēmas atspoguļojums tēlotājdarbībā.