МБОУ «Фатневская СОШ им. Героя Советского Союза С. М.Сидоркова»

Занятие на тему:

” В гостях у Мойдодыра”

Учитель: Иванцова Л. Н.

# Цели и задачи:

# - образовательная - расширить кругозор детей о предметах личной гигиены, о чистоте и аккуратности

# - воспитательная - способствовать воспитанию аккуратности и потребности к личной гигиены

# Ход занятия.

- Здравствуйте, ребята!

Послушайте эти строки, назовите автора и скажите, о ком они?

“Вдруг из маминой из спальни
Кривоногий и хромой
Выбегает умывальник
И качает головой…”

(Говорят дети)

(На доску вывешивается рисунок Мойдодыра)

**У:**- А кто знает, почему его так зовут? (Говорят дети)

**У:**- Верно, в старину на Руси говорили, что вымыть чисто – значит оттереть до дыр всю грязь так, что человек светился. Значит Мойдодыр очень любит чистоту и следит за тем, чтобы все дети соблюдали правила личной гигиены. А зачем это нужно делать?

(Говорят дети)

**У:**- Но может быть вы все здоровые дети и вам не страшны разные инфекции и болезни? Вам не нужно соблюдать правила личной гигиены, закаляться, заниматься спортом?

Давайте проверим это с помощью анкеты. Если вы согласны с предложением – загните палец на руке. Договорились?

1. У меня часто болит горло.
2. У меня нередко бывает насморк.
3. Иногда у меня болит ухо.
4. У меня больные зубы.
5. Часто у меня болит живот.
6. Иногда у меня болит голова.
7. Нередко меня тошнит.
8. Некоторые продукты и лекарства вызывают аллергию.
9. Каждый год я болею гриппом.
10. Из-за болезней я часто пропускаю школу.

**У:**- Поднимите руку, кто не загнул ни одного пальца? Таких совсем нет?! Кто загнул пять пальцев? Десять? Значит здоровых детей в нашем классе очень мало и для того сохранить здоровье я предлагаю, отгадав загадки, вспомнить друзей Мойдодыра и подружиться с ними.

1. Хожу – брожу не по лесам,
А по усам и волосам.
И зубы у меня длинней
Чем у волков и медведей. (Расческа)

2. Лег в карман и караулит
Реву, плаксу и грязнулю.
Им утрет потоки слез,
Не забудет и про нос. (Носовой платок)

3. Два конца, два кольца –
Посередине гвоздик. (Ножницы)

4. Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (Мыло)

5. Волосистою головкой
В рот оно влезает ловко
И считает зубы нам
По утрам и вечерам. (Зубная щетка)

6. Мудрец в нем видит мудреца,
Глупец – глупца, баран – барана,
Овцу в нем видела овца,
А обезьяну – обезьяна.
Но вот подвели к нему Федю Баратова,
И Федя увидел бродягу лохматого. (Зеркало)

(Дети отгадывают загадки и прикрепляют таблички с отгадками рядом с изображением Мойдодыра.)

**У:** - Ребята, всем вам хорошо известны эти предметы, а умеете ли вы ими пользоваться? Я назвала их друзьями Мойдодыра, а почему – хотелось бы узнать от вас. Мойдодыр предлагает поиграть в игру “Оживи предмет”. Пусть желающий выберет любой предмет гигиены, лежащий у меня в коробочке, и расскажет, чем он полезен и необходим человеку.

(Ребенок берет мыло и рассказывает все, что знает о нем.Учитель зачитывает из истории вещей о мыле.)

**Из истории вещей. Мыло.**

*Археологи установили, что уже 6000 лет назад у римлян существовало налаженное производство мыла. Его делали из козьего, бараньего и бычьего жира с добавлением золы дерева бука. В России мыловаренное производство получило распространение во времена Петра Первого, но вплоть до 19-го века мылом пользовалась знать и богатые люди. Крестьяне же использовали щелок – древесную золу заливали кипятком и распаривали в печи.*

**Задание: собери алгоритм – памятку “Я мою руки”**

(На доске вразброс прикреплены таблички с надписями о последовательности мытья рук, дети составляют алгоритм – памятку)

**Я мою руки (памятка)**

1. Сильно намочите руки.

2. Возьмите мыло.

3. Намыливайте руки с обеих сторон.

4. Намыливайте руки между пальцами.

5. Полощите руки чистой водой.

(Ребенок выбирает зубную щетку и рассказывает о ее применении. **Из истории вещей. Зубная щетка.**

*Ее придумал еще первобытный человек. Обыкновенная палочка с разжеванным концом – вот и все изобретение. Но и в наше время на базарах Индии продают палочки определенного дерева. Для чистки зубов достаточно зачистить палочку от коры и пожевать. Размочаленные волокна с успехом очищают зубы, а выделившийся сок, приятный на вкус, дезинфицирует полость рта, укрепляет зубы и десна.*

*На Руси во времена Ивана Грозного после трапезы пускали в ход так называемую зубную метлу или веник – галочку с пучком щетины на конце.*

*Петр Первый в обязательном порядке предписывал боярам чистить зубы влажной тряпочкой с толченым мелом перед важными встречами с иностранцами.*

**У: -** А все ли умеют правильно чистить зубы? Как вы это делаете?

(Говорят дети)

**У: -** Наш школьный доктор обобщит все, что вы сказали, а вы еще раз внимательно послушайте.

**М. р.:**

1. Зубная щетка располагается вдоль линии десен. Движения зубной щетки – сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.

2. Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движения зубной щетки – снизу вверх.

3. Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движения щетки – вперед назад.

4. Кончиком четки почистить внутреннюю сторону передних зубов круговыми движениями.

5. Не забудьте почистить язык.

- Давайте все вместе разучим стихотворение:

Как поел, почисти зубки.
Делай это два раза в сутки.
Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты!
Помни правило такое:
К стоматологу идем
В год два раза на прием.
И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет

.

**(Игра “ Береги зубы”)**

(Неверное утверждение – хлопок.)

1. Нельзя грызть зубами грецкие орехи.
2. Не следует полоскать зубы после еды.
3. Нельзя есть сырые овощи и фрукты
4. Следует чистить зубы утром и вечером и после сладкого.
5. Посещай зубного врача только когда заболит зуб.
6. Щетка с искусственной щетиной лучше, чем с натуральной.
7. Не позволяй никому пользоваться своей зубной щеткой.
8. Меняй зубную щетку раз в пять лет.
9. Не ешь одновременно горячую и холодную пищу.
10. Храни щетку щетиной вверх.
11. Чаще ешь сладости, пей газированные напитки.

(Ребенок выбирает ножницы, рассказывает о применении)

**Игровое задание: обстриги ногти**.

(Дети получают ножницы и нарисованные кисти рук с выделенными черным цветом ногтями. Они должны не торопясь, аккуратно обрезать ногти, не задев пальцы.)

(Следующий ребенок рассказывает о применении носового платка. **Из истории вещей. Носовой платок.**

*Те, кто пользуется квадратным носовым платком и не подозревает, что выполняет указ французского короля Людовика 16, изданный в 1784 году. Согласно этого указа “длина платка должна равняться его ширине”. А раньше платки были овальной формы и на их изготовление шло очень много ткани.*

*Первые сведения о платке относятся к третьему веку до нашей эры. Ими пользовались греческие и римские патриции во времена продолжительных и обильных трапез, когда пот катился с них градом.*

*Во Франции дамы и кавалеры имели по два платка: один для красоты дамы носили в руке, а кавалеры в специальном карманчике, а второй имел практическое значение и напоказ не выставлялся.*

**Вопрос: сколько носовых платков надо иметь?** (Обсуждение)

**У**:- Какого предмета нет около Мойдодыра, но лежит на столе? (Мочалка) А зачем нужна мочалка, если можно вымыться просто с мылом? Попробуйте рукой погладить спинку? Везде ли вам удалось достать? Кроме этого с ее помощью удаляются отжившие клетки кожи происходит массаж.

**У**:- Но здоровым человек не может быть не занимаясь физкультурой и спортом. К этому нас призывает наш спортивный комитет

Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейны, корт,
Зал, каток – везде вам рады!
За старание в награду будут кубки и рекорды,
Станут мышцы ваши тверды!
Только помните: спортсмены
Каждый день свой непременно начинают с физзарядки!
Не играйте с дремой в прятки.
Быстро сбросьте одеяло,
Встали – сна как не бывало

!

**У**:- Ребята из спортивного комитета нашего класса предлагают вам выучить несколько упражнений из дыхательной гимнастики, которые вы сможете включить в утреннюю гимнастику. Эти упражнения очень полезны для профилактики простудных заболеваний.

(Дети разучивают упражнения)

1. **“ Помаши крыльями, как петух ”** Вдох – поднять руки в стороны. На выдохе похлопать руками по бедрам и произнести “ ку-ка-ре-ку”.
2. **“ Трубач ”.** Кисти рук собраны в трубочку, подняты вверх – глубокий вдох. На выдохе произнести “ту-ту-ту-ту”.
3. **“Часики ”.** Размахивая прямыми руками взад-вперед произнести “тик-так-тик-так.”
4. **“ Каша кипит ”.** Сидя, правая рука на груди, левая на животе. Втянуть живот и набрать воздух в грудь. Выдыхаем воздух произносим “пф-пф-пф-пф”.

**У**: -Молодцы!

- Подводя итог классного часа давайте составим коллаж. У вас на партах лежат страницы разных газет и ножницы. Выберите слова, фразы, фотографии, которые относятся к теме нашего сегодняшнего разговора и приклейте на ватман.

(Дети составляют коллаж)

**У:** - В завершении встречи послушайте стихотворение – наказ, которое вам прочитает староста нашего класса.

Каждый твердо должен знать:
Здоровье надо сохранять!
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься.
Руки мыть перед едой,
Зубы чистить, закаляться,
И всегда дружить с водой.
И тогда все люди в мире
Долго-долго будут жить.
И запомни, ведь здоровье
В магазине не купить!

**У:** - Мне тоже хочется пожелать вам следующее:

Желаю вам цвести, расти, копить, крепить здоровье,
Оно для каждого из вас – главнейшее условье!
Пусть каждый день и каждый час вам новое добудет,
Пусть добрым будет ум у вас, и сердце добрым будет!

