**тема «личная гигиена каждого ребёнка».**

**Цель:** Раскрыть понятие «Личная гигиена»

**Задачи:**

**Коррекционно-образовательные:** познакомить детей с основными правилами личной гигиены, объяснить, что соблюдение их – важное средство сохранения здоровья человека.

**Коррекционно-развивающие:** формировать гигиенические навыки умения.

**Коррекционно-воспитательные:** воспитывать культуру здоровья, ведение здорового образа жизни.

**Планируемые достижения:** усвоить, что нужно соблюдать правила личной гигиены для сохранения здоровья, научится правильно мыть руки и лицо, заботиться о своём здоровье.

**Оборудование:** Карточки для практической работы, картинка «Тело человека», игра «Что с че5м дружит», маркеры, картинка «Правила личной гигиены».

 **Ход урока**

**1.Организационный момент.**

- Ребят, Сегодня к нам на урок пришли гости. Давайте поздороваемся с ними. Поздоровались.

-Но прежде чем начать наш урок, оценим своё настроение.

- Хорошо.

**2. Актуализация знаний.**

- На предыдущих уроках мы с вами говорили, что обозначает слово «Здравствуйте».

- А теперь давайте вместе вспомним, что же оно обозначает?

( люди желают здоровья друг другу при встрече)

- Здоровье-это главная ценность человеческой жизни и зависит оно от окружающей среды.

**3. Основная часть.**

- Давайте все вместе подумаем, что значит слово «Гигиена»?

(Это значит быть (каким) чистым. Нужно каждый день по утру ( что делать) умываться, мыть руки , лицо, шею с мылом и обязательно чистить зубы).

-То есть личная гигиена-это значит уход за своим телом, содержать его в чистоте. Насколько это важно и необходимо, мы узнаём на уроке.

-А сейчас послушайте внимательно стихотворение.

По воде под ивняком

Ходит аист босиком,

Потому что эта птица

По утрам привыкла мыться.

Клювом трогает лозу,

На себя трясёт росу.

И под душем серебристым

Моет шею чисто-чисто,

И не хнычет: «Ой, беда, Ой, холодная вода!»

- Ребята, вы все слушали внимательно? Что рассказал поэт про аиста? (Аист любит (что делать?) мыться каждое утро. Он принимает серебристый душ, моет тело, не боится холодной воды.)

- Давайте все вместе посмотрим на картинку (на доске) и подумаем, что такое тело? (показать на картинке – голова , туловище, ноги и все вместе называется «телом человека».)

- ребята наше тело покрыто кожей.

-А теперь рассмотрим кожу на своих руках, обратите внимание на то, что кожа гладкая, эластичная, она способна растягиваться при движении.

Кожа состоит из трёх слоёв и защищает наше тело от болезней. Когда вы бегаете, прыгаете на уроке физкультуры , вам становится жарко и на коже появляется капельки пота. На коже есть тонкий слой жира. Если кожу долго не мыть, то на ней накапливается жир, пот. От этого кожа становится грязной, грубой, она перестаёт защищать наше тело. А грязная кожа может принести вред здоровью. На коже размножаются микробы. Если не следить за чистотой кожи, то могут возникнуть кожные заболевания.

- А, чтобы этого не было, что нужно делать? Подумайте (мыться).

- Главный способ ухода за кожей - мытьё. Тогда с кожи смывается пыль, жир, пот, микробы. Мыть тело надо 1-2 раза в неделю. Обязательно каждый день надо мыть лицо, руки, шею, ноги.

**А теперь, давайте вместе отгадаем загадки.** Какие же предметы помогают нам быть чистыми?

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясно вполне:

Пусть отмоет руки мне. (Мыло)

Белая река

В пещеру затекла,

По ручью выходит-

Со стен всё выводит. ( Зубная паста)

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит (Зубная щетка)

Без неё в хозяйстве трудно,

Некомфортно, неуютно.

Эта вещь нужна тебе,

И даже папе с мамой.

И не нуждается она

Ни в какой рекламе.

Такая неприметная, (бумага туалетная)

После бани помогаю, промокаю, вытираю.

Пушистое, махровое, чистое, новое (полотенце)

Чтобы волосы блестели и красивый вид имели,

Чтоб сверкали чистотой,

Мною их скорей помой (Шампунь).

Там, где губка не осилит,

Не домоет, не до мылит,

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю (Мочалка)

-Молодцы ребята.

**4. Физкультминутка.**

Надо, надо нам помыться! (шагаем)

Где тут чистая водица? (разводят руками)

Кран откроем (вращение кистями рук)

Руки моем ( имитируем мытьё рук)

Щечки, шейку мы потрём и водичкой обольём (имитируем мытье щёк и шеи)

Буль –буль –буль - журчит водица(надуваем щёки)

Все ребята любят мыться.

Руки с мылом мы помыли(имитация мытья рук)

Нос и щёки не забыли(показываем на щёки и нос)

Не ленились вымыть уши( показываем на уши)

И вытерли все посуши.

- Молодцы, садитесь.

-А теперь, поиграем в игру « Что с чем дружит». Вам нужно соединить картинки.

Нос дружит с ……, Ногти дружат с ……., Волосы дружат…….,Зубы дружат…..

- Ребята, особенно важно следить за чистотой своих рук. Руками вы берёте различные предметы, например: ручку, книги, тетради и т.д. На всех этих предметах есть грязь, часто невидимая для глаз. С немытыми руками эта грязь попадает сначала в рот, а потом в организм. С грязью передаются различные заболевания от больного человека к здоровому. И чтобы этого не случилось, необходимо соблюдать «Правила личной гигиены» и тогда будешь здоровым человеком.

**Правила личной гигиены.** (плакат на доске)

**5. Итог урока.**

Итог по уроку будет такой, ответим на вопросы.

С чего нужно начинать каждое утро? (Зарядка)

Занятие, которое помогает стать сильным и здоровым? (Спорт)

Что помогает быстро кататься на льду? ( Коньки)

Колёсный транспорт для езды летом. (Велосипед)

-Ребята, вам понравился урок?

- Что вы нового узнали? Поднимаем руку.

**6. Рефлексия.**

-Оцените своё настроение после урока.