

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное казенное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Славянский социально-реабилитационный центр для
несовершеннолетних»

План-конспект
открытого занятия по теме
«Личная гигиена»
*(с применением ИКТ, здоровье сберегающих
технологий и сказкотерапии)*
Модуль II (8-13 лет) «Я становлюсь старше».



Воспитатель Рыжова Марина Борисовна

пос. Совхозный.

Славянский район

Тема: «Личная гигиена»

Цели:

обучающие: ознакомить с различными формами гигиенических процедур;

воспитательные: сформировать ценное отношение к своему здоровью;

развивающие: сформировать представление о том, как можно сохранить и укрепить свое здоровье, соблюдая личную гигиену.

Оборудование: презентация по теме, сказка о микробах, загадки по теме, стихотворный материал.

Форма проведения: беседа с игровыми элементами.

Ход занятия

Вступительная часть

Воспитатель: Наше занятие я хочу начать с небольшого стихотворения, послушайте его внимательно и подумайте, о чем мы сегодня будем говорить? (Слайд 1)

Кто зубы не чистит, не моется мылом.
Тот вырастит болезненным, хилым.
Дружат с грязнулями только грязнули,
Которые сами в грязи утонули.

Воспитатель: О чем мы сегодня с вами поговорим? Правильно! Сегодня наше занятие посвящено личной гигиене.

Основная часть

Воспитатель: Что такое личная гигиена? (Слайд 2)

Личная гигиена - это совокупность мероприятий по сохранению здоровья, путем соблюдения гигиенического режима в личной жизни и деятельности человека. Это уход за кожей, уход за полостью рта, в частности за зубами, содержание одежды и обуви в чистоте, поддержание порядка в квартире. (Слайд 3)

Сказка о микробах

Послушайте сказку о микробах.

Жили-были микробы - разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем приятнее и тем их становилось больше. Вот как-то раз на столе мальчик, по имени Вася оставил за собой не вымытые тарелки, чашки и ложки, не убрал крошки и кусочки хлеба со стола. Тут как тут налетели мухи. А на их лапках сотни микробов и бактерий. Полетали мухи над столом, посидели на посуде и на хлебе. Вася увидел их и прогнал. Мухи улетели, а микробы и бактерии остались на тарелках, на ложках и на хлебе и думают: «Как хорошо, что на свете есть грязнули и мухи!» И стало микробам

раздолье. И на руки можно попасть, и в рот человеку, а там уж и до болезни рукой подать!

Воспитатель: Как вы думаете, действительно ли мухи переносят микробов, заразу и болезни? Как нужно было поступить мальчику? Что помогает нам победить микробов? (Слайд 4)

- Правильно, ведь без воды, мыла, мочалок мы превратимся в грязнуль.

- А кто такие грязнули?

Воспитатель: Грязнулями бывают, как правило, ленивые люди. Ленивые школьники скучают на уроках, плохо учатся, не любят писать в своих тетрадях, читать книжки. Они не воспитывают в себе привычку трудиться, помогать друзьям, родителям. Плохо относятся к своим вещам: их портфели, книги, тетради в ужасном состоянии.

Воспитатель: Ребята, а знаете ли вы, что
Чистота- это залог здоровья

Грязь и неряшливость в одежде - это пренебрежение к своему здоровью.

Нечистоплотность — это неуважение не только к самому себе, но и к окружающим людям.

Воспитатель: Давайте будем соблюдать чистоту и аккуратность во всем.

Загадки

Воспитатель: Сейчас я предлагаю вам отгадать загадки:

Ускользает как живое, но не выпущу его
Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (Мыло)

Дождик теплый и густой:
Этот дождик не простой,
Он без туч, без облаков,
Целый день идти готов. (Душ)

Костяная спинка, жесткая щетинка.
С мятной пастой дружит, нам усердно служит (Зубная щетка)

Я не море и не речка,
Я не озеро, не пруд,
Но как утро или вечер —
Люди все ко мне бегут. (Ванна)

Белая река в пещеру затекла
По ручью выходит с собою грязь выводит (Зубная паста)

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

Лёг в карман и караулит реву, плаксу и грязнулю
Им утрет потоки слез и не забудет он про нос (Носовой платок)

Практическая работа

Воспитатель: Ребята, кто из вас знает и может рассказать или показать, как нужно правильно чистить зубы?(Слайд 5)

Физкультминутка (Дети повторяют движения)

Мы чистим, чистим зубы
И весело живем
А тем, кто их не чистит
Мы песенку поем
-Эй, давай не зевай,
О зубах не забывай,
Снизу вверх, сверху вниз
Чистить зубы не ленись.

Воспитатель: А как правильно мыть руки? Кто продемонстрирует?

Ребята, а знаете ли вы, что мыло изобрели очень давно. Раньше пороха и бумаги примерно шесть тысяч лет назад. Раньше вместо мыла использовали глину, песок, крапиву, горчицу, а еще золу, смешанную с жиром или содой. Самым хорошим считалось мыло, которое давало больше пены, которая и уносила всю грязь.

(Слайд 7)

Известно, что чистота — залог здоровья. Представьте себе: на одном квадратном сантиметре грязной кожи может находиться до 40 000 микробов! Достаточно небольшой ссадины, чтобы микробы попали внутрь и вызвали различные заболевания. А на чистой коже микробы погибают! Если же грязными руками вы случайно потрете глаза, то можете занести инфекцию, и глаза воспалятся, появится «ячмень» или конъюнктивит. Кожу нужно содержать в чистоте, чтобы ей легче дышалось. Здоровому ребенку желательно принимать душ или ванну каждый день, если позволяют условия. А вот мыть лицо и шею, а также уши необходимо утром и вечером. А руки нужно мыть несколько раз в день: перед едой, до и после выполнения домашнего задания, после прогулки и обязательно после посещения туалета! И не забывайте стричь ногти! Под ногтями не должно быть «траурной» каемки, так как она является рассадником инфекции!

Внешний вид складывается из состояния тела, лица, шеи, ушей, рук, ног, зубов, волос, одежды, обуви. Чистым должно быть все! Те дети, у которых с самого раннего возраста выработана привычка часто мыться, купаться, следить за состоянием своих вещей, становятся чистоплотными взрослыми

людьми. А тот, кто в детстве не уделял внимания чистоте, может остаться неряхой на всю жизнь. А ведь быть чистым и опрятным очень важно, поскольку от этого зависит, какое впечатление произведет человек на окружающих.

Вряд ли вы сможете представить себе президента страны, судью или врача, который был бы неряшливо одет или от которого бы дурно пахло.

Воспитатель: Люди не очень-то стремятся подружиться с тем, кто ходит немытым и дурно пахнет. Даже маленькие дети и те начинают избегать такого одноклассника.

Одежда должна быть безупречно чистой и отглаженной. Все пуговицы — на своем месте, швы — без разрывов.

Аккуратная заплатка на рабочей одежде не испортит, а может быть, и украсит ее.

Воспитатель: А теперь давайте попробуем составить правила личной гигиены. Какие пункты вы бы в них включили?

(Дети высказываются. Коллективно составляются правила.)

А теперь сравним их с правилами, предложенными нам.(Слайд 6)

Заключительная часть

Воспитатель: Ребята, какие выводы вы можете сделать из нашего занятия? (*Ответы воспитанников.*)

Правильно, каждый хорошо воспитанный человек должен заботиться о чистоте своего тела, так как от этого зависит его здоровье и отношение к нему окружающих людей. Каждому из вас я дарю эти правила личной гигиены.

(*Приложение 1*)

И в заключении, послушайте стихотворение.(Слайд 8)

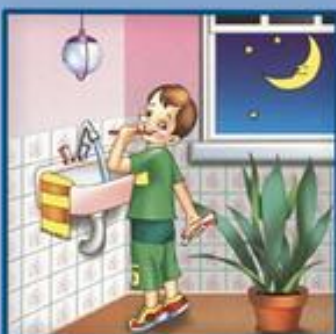
Воспитанник (читает стихотворение).

Дорогие мои дети!	Все равно, какой водою:
Я пишу вам письмецо:	Кипяченой, ключевой,
Я прошу вас, мойте чаще	Из реки, иль из колодца,
Ваши руки и лицо.	Или просто дождевой!
Нужно мыться непременно	Тритесь губкой и мочалкой!
Утром, вечером и днем –	Потерпите – не беда!
Перед каждою едою,	И чернила, и варенье
После сна и перед сном.	Смоют мыло и вода.
Дорогие мои дети!	Не подам руки грязнулям,

Очень, очень вас прошу: Не поеду в гости к ним!
Мойтесь чище, мойтесь чаще – Сам я моюсь очень часто.
Я грязнуль не выношу. До свиданья! *Ваш Тувим.*

ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ

ЧТОБЫ БЫТЬ ВСЕГДА ЗДОРОВЫМ, ОЧЕНЬ БОДРЫМ И ВЕСЁЛЫМ, ДЕНЬ С ЗАРЯДКИ НАЧИНАЙ, ГИГИЕНУ СОБЛЮДАЙ!



Зубы чтоб всегда блестели,
Никогда чтоб не болели,
Будет пусть тебе не лень
Чистить их 2 раза в день!



Вот ещё совет простой:
Руки мой перед едой!



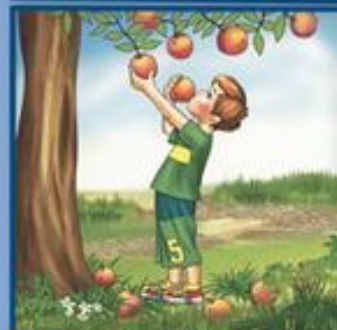
Полотенце, и расчёска,
И стакан, зубная щётка
Быть всегда должны своими-
Ты не пользуйся чужими!



Пусть запомнят все ребята:
Регулярно мыться надо
И водичкой обливаться,
Чтоб расти и закаляться!



Очень важно это знать
Всем ребятам и тебе:
Ногти надо подстригать
И держать их в чистоте!



Тщательно,
очень старательно мой
фрукты и овощи
перед едой!



Запомни:
никогда не надо трогать
животных во дворе
и на дорогах!



Обязательное правило
Соблюдать не забывай:
Рот при кашле и чихании
Ты ладошкой прикрывай!



Нужен тёплый шарф зимой,
Дождевик и зонт-весной!
Помнить это постарайся-
По погоде одевайся!