**ТЕМА 7. ПОЧЕМУ МЫ ГОВОРИМ НЕПРАВДУ**  
  
**Занятие 10. Поможет ли нам обман?**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
— Что такое ложь?  
  
Работа *с*толковым словарем русского языка С.И. Ожегова, Н.Ю. Шве­дова (ложь - намеренное искажение истины, неправда, обман).  
  
— Как вы понимаете слова «намеренное искажение»?  
  
— Есть ли среди вас те, кто ни разу никого не обманул?  
  
— Почему чаще всего люди обманывают? *(Желают пошутить или что-то скрыть.)*  
  
**II. Продолжите рассказы:**

* *После школы Петя играл с друзьями во дворе в хоккей. Уроки он не успел выучить. Вечером пришлось сказать маме неправду. На следующий день учи­тельница вызвала Петю к доске...*

— Почему Петя хотел скрыть от мамы, что он не выучил уроки?

* *Витя часто обманывал друзей, считая, что очень весело шутит, то закричит, что школа горит, то изображает тонущего человека в реке. Од­нажды на катке он упал и понял, что сам встать не сможет, и закричал: «Помогите. Мне плохо.......Друзья подумали, что он пошутил, и не спеши­ли к нему.*

— Удачно ли шутит Витя?  
  
— В чем разница между шуткой и обманом?  
  
**III. Оздоровительная минутка: гимнастика на профилактику плоскостопия.**  
  
**IV. Творческая часть:**  
  
Представьте, что к нам в гости пришли две девочки, которых зовут Правда и Ложь. Обе они рассказывают нам о сегодняшней погоде.  
  
— Что скажет девочка Правда, а что девочка Ложь?  
  
— Дружат ли эти девочки?  
  
Нарисуйте этих девочек. Как вы их себе представляете? Вспомните пословицу: «Правда с ложью не дружат».   
  
**V. Итог**

**Занятие 11. «Неправда - ложь» в пословицах и поговорках**  
  
**I. Чтение рассказа Л.Н. Толстого «Косточка»**  
  
*Купила мать слив и хотела дать детям после обеда. Они лежали на та­релке. Ваня никогда не ел слив, и все нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он все ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мать сочла сливы и видит — одной нет. Она сказала отцу. За обедом отец и говорит:*  
  
— *А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу? Все сказали:*  
  
— *Нет.*  
  
*Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже:*  
  
— *Нет, я не ел. Тогда отец сказал:*  
  
— *Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточки, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрет. Я этого боюсь. Ваня побледнел и сказал:*  
  
— *Нет, я косточку бросил за окошко. И все засмеялись, а Ваня заплакал.*  
  
**II. Беседа по теме**  
  
— Почему Ваня сказал неправду?  
  
— Когда люди чаще всего врут?  
  
— О чем говорится в пословице «У лжи короткие ноги».  
  
**III. Заучивание слов:**  
  
Ничего на свете нет, Что надолго можно скрыть. И поэтому не стоит Нам неправду говорить.  
  
**IV. Оздоровительная минутка: гимнастика на растяжение позвоночника.**  
  
**V. Зачитывание пословиц**  
  
Прочитайте пословицы, как вы их понимаете, выберите ту, которая больше всего понрави­лась, запомните ее:  
  
— На обмане далеко не уедешь.  
  
— Ложь белой ниткой шита.  
  
— Ложь дружбу губит.  
  
— Лжи много, а правда одна.  
  
— Маленькая ложь за собою большую ведет.  
  
— Что лживо, то и гнило.  
  
— Ври, да знай меру.  
  
**VI. Творческая часть:**рисунок ассоциации лжи.  
  
**VII. Итог**

**ТЕМА 8. ПОЧЕМУ МЫ НЕ СЛУШАЕМСЯ РОДИТЕЛЕЙ?**  
  
**Занятие 12. Надо ли прислушиваться к советам родителей?**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
Делим классную доску пополам. Слева пишем ответы детей на вопрос:  
  
— Какие требования и советы родителей ты выполняешь с радостью?  
  
Справа записываем ответы на вопрос:  
  
- Что из просьб и пожеланий родителей вам выполнять не хочется?  
  
Сравним записи слева и справа.  
  
- Подумайте, какие просьбы вызывают у вас протест.  
  
**II. Анализ ситуации**  
  
Права, что даны детям  
  
Нарушают все на свете.  
  
Декларации и конвенции написаны,  
  
Права детей в них перечислены.  
  
Увы, наши родители  
  
Этих книг не читали, не видели.  
  
У детей одно лишь право —  
  
Слушать, что сказала мама.  
  
Вовремя кушать, вовремя спать,  
  
Много учиться и мало гулять.  
  
Нам надоели такие «права»,  
  
Мы их нарушаем не раз и не два.  
  
Думаете, это к взрослым неуважение?  
  
Нет. Это протест за унижение.  
  
Почему мы не послушны, почему упрямы?  
  
Потому что мало нас уважают мамы.

**III. Оздоровительная минутка: гимнастика на растяжение позвоночника в парах.**  
  
**IV. Творческая часть: «Портрет родителей»**  
  
Нарисуйте портреты ваших родителей и напишите те душевные качества ваших родителей, за которые вы их уважаете. У них много замечательных качеств.  
  
**V. Пожелание себе**  
  
У меня чудесные родители, мне надо внимательнее их слушать, обду­мывать их просьбы, пожелания и требования.  
  
**VI. Чтение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка»**  
  
Ходила курочка с цыплятами по двору. Вдруг пошел дождик. Курочка скорей на землю присела, все перышки растопырила и заквохтала: «Квох-квох-квох!» Это значит: прячьтесь скорей. И все цыплята залезли к ней под крылышки, зарылись в ее теплые перышки. Кто совсем спрятался, у кого только ножки видны, у кого головка торчит, а у кого только глаз выглядывает.  
  
А два цыпленка не послушались своей мамы и не спрятались. Стоят, пищат и удивляются: что это такое им на голову капает?  
  
- Чем цыплята похожи на детей?  
  
- Чем они от них отличаются?  
  
**VII. Итог**

**Занятие 13. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга?**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
— Всегда ли у вас есть желание услышать или понять просьбу родите­лей?  
  
— Бывает ли, что родители не понимают вас? Или это вам только ка­жется? Подумайте.  
  
— Часто ли возникает такая ситуация, как в стихотворении?  
  
Туфельки расстегнуты,  
  
Носки перевернуты,  
  
Поскользнулась и упала,  
  
Платье на локте порвала.  
  
Смеяться, плакать, бежать прочь?  
  
Может быть, лучше просто помочь?  
  
**II. Анализ рассказа А.М. Горького «Воробышек»**  
  
*У воробьев совсем так же, как у людей: взрослые воробьи и воробьихи -пичужки скучные и обо всем говорят, как в книжках написано, а молодежь живет своим умом.*  
  
*Жил-был желторотый воробей, звали его Пудик, а жил он над окошком бани, за верхним наличником, в теплом гнезде из пакли, мха и других мягких материалов. Летать он еще не пробовал, но уже крыльями махал и все выгля­дывал из гнезда: хотелось поскорее узнать - что такое божий мир и годить­ся ли он для него?*  
  
— *Что, что?*'— *спрашивала его воробьиха-мама. Он потряхивал крылья­ми и, глядя на землю, чирикал:*  
  
— *Чересчур черна, чересчур!*  
  
*Прилетал папаша, приносил букашек Пудику и хвастался:*  
  
— *Чив ли я?*  
  
*Мама воробьиха одобрял его:*  
  
— *Чив, чив!*  
  
*А Пудик глотал букашек и думал: «Чем чванятся*— *червяка с ножками дали — чудо!» И все высовывался из гнезда, все разглядывал.*  
  
— *Чадо, чадо,*— *беспокоилась мать, — смотри — чебурахнешься!*  
  
— *Чем, чем ? — спрашивая Пудик.*  
  
— *Да не чем, а упадешь на землю, кошка — чик! и*— *слопает! — объяснял отец, улетая на охоту.*  
  
*Так и все и шло, а крылья расти не торопились. Подул однажды ветер*— *Пудик спрашивает:*  
  
— *Что, что?*  
  
— *Ветер дунет на тебя — чирк! и сбросит на землю*— *кошке! — объясни­ла мать.*  
  
*Это не понравилось Пудику, он и сказал:*  
  
— *А зачем деревья качаются? Пусть перестанут, тогда ветра не бу­дет...*  
  
*Пробовала мать объяснить ему, что это не так, но он не поверил — он любил объяснять все по-своему.*  
  
*Идет мимо бани мужик, машет руками.*  
  
— *Чисто крылья ему оборвала кошка,*— *сказал Пудик, — одни косточки остались!*  
  
— *Это человек, они все бескрылые!*— *сказала воробьиха.*  
  
— *Почему?*  
  
— *У них такой чин, чтобы жить без крыльев, они всегда на ногах прыга­ют, чу?*  
  
— *Зачем?*  
  
— *Будь-ка у них крылья, так они бы и ловили нас, как мы с папой мошек.*..  
  
— *Чушь! — сказал Пудик.*— *Чушь, чепуха! Все должны иметь крылья. Чай, на земле хуже, чем в воздухе! Когда я вырасту большой, я сделаю, чтобы все летали.*  
  
*Пудик не верил маме; он еще не знал, что, если маме не верить, это плохо кончится.*  
  
*Он сидел на самом краю гнезда и во все горло распевал стихи собственно­го сочинения:*  
  
*Эй, бескрылый человек,*  
  
*У тебя две ножки,*  
  
*Хоть и очень ты велик,*  
  
*Едят тебя мошки!*  
  
*А я маленький совсем,*  
  
*Зато сам мошек ем.*  
  
*Пел, пел, да и вывалился из гнезда, а воробьиха за ним, а кошка —рыжая, зеленные глаза*— *тут как тут.*  
  
*Испугался Пудик, растопырил крылья, качается на сереньких и чири­кает:*  
  
— *Честь имею, имею честь...*  
  
*А воробьиха отталкивает его в сторону, перья у нее дыбом встали*— *страшная, храбрая, клюв раскрыла*— *в глаз кошке целит.*  
  
— *Прочь, прочь! Лети Пудик, лети на окно, лети...*  
  
*Страх приподнял с земли воробьишку, он подпрыгнул, замахал крыльями — раз, раз и — на окне!*  
  
*Тут и мама подлетела*— *без хвоста, но в большой радости, села рядом с ним, клюнула его в затылок и говорит:*  
  
— *Что, что?*  
  
— *Ну что ж! — сказал Пудик. — Всему сразу не научишься! А кошка сидит на земле, счищая с лапы воробьихины перья, смотрит на них — рыжая, зеленые глаза — и сожалительно мяукает:*  
  
— *Мяа-аконький такой воробушек, словно мышка... мя-увы... И все кончилось благополучно, если забыть о том, что мама осталась без хвоста...*  
  
— *Каким бы был конец рассказ, если рядом не было бы воробьихи?*  
  
**III. Оздоровительная минутка: «Гора»**  
  
**IV. Запомните!**  
  
Для того чтобы понять другого человека, надо очень немного: желание по-доброму его выслушать.  
  
**V. Творческая часть:**рисуем то, что нам запрещают делать всегда или очень часто.  
  
**VI. Игра**  
  
Почему нам запрещают:  
  
1. Сидеть долго за компьютером?  
  
2. Смотреть телевизор с близкого расстояния?  
  
3. Читать при плохом освещении?  
  
4. Гулять зимой без шапки и рукавиц?  
  
5. Есть много сладкого?  
  
**VII. Итог**

**ТЕМА 9. КАК СЛЕДУЕТ ОТНОСИТЬСЯ К НАКАЗАНИЯМ**  
  
**Занятие 14. Наказание**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
— Что воспринимается вами как наказание?  
  
— Какие бывают наказания?  
  
— Кто кого может наказать?  
  
— Почему иногда возникает необходимость в наказании?  
  
— Какие чувства испытывает ребенок, которого наказывают?  
  
— Нужно ли обижаться на взрослых, которые вас наказывают?  
  
**П. Анализ ситуации**  
  
**Ситуация 1.**

Мальчик нарядный в гости идёт,  
  
Мило улыбается, и цветы несёт.  
  
Его приветствует сосед –  
  
Он показал язык в ответ.  
  
Малышу подставил ножку,  
  
Испугал чужую кошку.  
  
От конфеты фантик смял,  
  
Бросил – в урну не попал.  
  
Девочку плаксою он обозвал,  
  
Дёрнул за хвостик и убежал.  
  
Встретил собаку – поддал ей ногой.  
  
Такой он нарядный – и такой дурной

— Что произойдет, если все или многие будут себя, как этот мальчик?  
  
— Почему за плохое поведение детей чаще всего наказывают?  
  
— Какую реакцию взрослых вы ожидаете на дурной поступок, совер­шенный вами осознанно?  
  
**Ситуация 2.**

Варя Катю обижает –  
  
Со стола её берёт  
  
Ручки, ластики, тетрадки,  
  
И к игрушкам всё несёт.  
  
Раз обиделась Катюша,  
  
Никого не хочет слушать,  
  
Кричит громко и рыдает,  
  
К столу Варю не пускает.  
  
Варя ей несёт игрушки –   
  
Куклы, мячики, зверюшки.  
  
Хочет Варя помириться.  
  
Ну, зачем так долго злиться?  
  
Варю тоже обижают –  
  
Стучать, кричать не разрешают,  
  
Она всё всем прощает  
  
И обида тает.  
  
Лучше Катя не сердись,  
  
И с сестрёнкой помирись.  
  
Она бывает озорной,  
  
Но к тебе со всей душой.

— Долго ли девочки помнят обиду?  
  
— Как вы понимаете, что значит обидеться? Как меняется ваше пове­дение, если вы обижены?  
  
— Есть ли дети, которые обижаются чаще других, то есть «любят» обижаться?  
  
**IV. Творческая часть:**  
  
Вспомните и нарисуйте самое на ваш взгляд «несправедливое» наказание.

1. **Итог**

- за что вас наказали?  
  
- каким способом?   
  
-кто виноват в то, что вас наказали?  
  
- можно ли было избежать наказания?  
  
Если вас часто наказывают, подумайте, что мешает вам изменить пове­дение, в чем причина ваших поступков.

**ТЕМА 10. КАК ПОМОЧЬ РОДИТЕЛЯМ**  
  
**Занятие 15. Как доставить родителям радость?**  
  
**I.Чтение отрывков из стихотворений.** Стихи читают дети

Сотрясается весь дом:   
  
Бьет Сережа молотком,  
  
Покраснев от злости,   
  
Забивает гвозди.  
  
*(В. Берестов)*  
  
Я, как мама, не люблю   
  
В доме беспорядка,   
  
Одеяло расстелю   
  
Ровненько да гладко.  
  
*(Е. Благинина)*  
  
Я один у мамы сын,   
  
Нет у мамы дочки.   
  
Как же маме мне помочь   
  
Постирать платочки?   
  
Мыло пениться в корыте   
  
-Я стираю, посмотрите. *(А. Усатова)*

**П. Беседа по теме**  
  
— Хорошо ли вы знаете своих родителей?  
  
— Почему они дают нам много советов, любят поучать, чем они озабо­чены и чего ждут от нас?  
  
— Все родители хотели бы гордиться своими детьми. Как доставить  
  
родителям радость и помочь им?  
  
**III. Игра «Давай поговорим»**  
  
Родители всегда хотят от вас слишком многого. Иногда мне кажется, что они ждут от вас только послушания. А вы как думаете?  
  
**IV. Анализ ситуации**

Взрослые люди такие смешные,  
  
Взрослые люди такие чудные,  
  
Чтоб ты им не предложил,  
  
Ни на что у них нет сил.  
  
Не любят они из рогатки стрелять,  
  
Под дождиком бегать и в холод гулять.  
  
Ребёнок скачет, как сорока,  
  
Родителям одна морока.  
  
Взрослые всего боятся,  
  
Взрослым трудно объяснить,  
  
Почему нам хочется шалить-  
  
Брызгаться очень холодной водой,  
  
Кружить на качелях вниз головой,  
  
Съесть пять мороженых подряд,  
  
Все стулья в доме сдвинуть в ряд.  
  
Микробов, грязи, беспорядка,  
  
Кошек бездомных, бродячих собак  
  
И любых иных преград.

— Какие поступки взрослых вам не понятны или вызывают недоуме­ние?  
  
— Не пытались ли вы в мыслях поменяться со взрослыми ролями?  
  
— Продолжите фразу: «Если бы я был взрослым...»   
  
**V. Сюжетно – ролевая игра: тренинг «Большой – маленький стул».**  
  
Ситуации: \*Ребёнок находится за компьютером более1 часа.  
  
\*Ребёнок получил «2» за неподготовленный урок.  
  
\*Ребёнок очень долго ходил в магазин.  
  
\*Ребёнок получил «2» за поведение.  
  
\*Ребёнок разбил вашу любимую вазу.  
  
\*Ребёнок ушёл надолго гулять в чужой двор.  
  
Вы сейчас побывали в позициях ребёнок-взрослый. Скажите, пожалуйста, на какой позиции как вы чувствовали себя? Кем быть легче? Как вы считаете, какими могут быть причины, побуждающие ваших родителей к наказанию?  
  
**VI. Творческая часть:**нарисуйте поступок, который будет радовать ваших родителейвсегда.  
  
**VII. Итог**  
  
Постарайтесь понять своих родителей, они хотят вам счастья.

**ТЕМА 11. НАДО УМЕТЬ СДЕРЖИВАТЬ СЕБЯ**  
  
**Занятие 16. Все ли желания выполнимы?**  
  
**I. Беседы по теме**  
  
— Что такое каприз? Работа со словарем. Каприз — это прихоть, при­чуда.  
  
- Все ли дети капризничают?  
  
- Вспомните свои капризы, в чем их причина?  
  
**II. Анализ ситуации**

Две сестрички дружно жили,  
  
Всех зверей они любили.  
  
Улыбались каждой кошке,  
  
Каждой птичке, каждой мошке.  
  
И родителей просили, чтоб  
  
Кого-нибудь купили…  
  
Наконец, однажды мама  
  
Принесла кота – Руслана.  
  
Целых десять дней сестрёнки  
  
Не сводили глаз с котёнка.  
  
Мыли, чистили, кормили и   
  
С собой гулять водили.  
  
А потом о нём забыли…  
  
Спросила мама у сестрёнок:  
  
- Чем же вам не мил котёнок?  
  
Может вам купить щенка,  
  
Мышку, заиньку, скворца?  
  
Каждый день одно и то же  
  
Надоесть, конечно, может.  
  
Кот, скворец или щенок –  
  
Много требуют забот:  
  
Домик, клетку - надо мыть,  
  
Витаминами кормить  
  
И, конечно же, любить.  
  
Глазки сёстры опустили:  
  
- Мы пока, что не решили…  
  
Хватит нам пока Руслана,  
  
Мы его не бросим, мама. 

— В чем разница между желанием иметь дома животное и готовностью отвечать за его здоровье?  
  
**III. Оздоровительная минутка: «Зоогимнастика»**  
  
**IV. Анализ ситуации**

Что такое? Я не знаю,  
  
Только всем я возражаю,  
  
Огрызаюсь и ропщу,  
  
Словно им за что-то мщу.  
  
Сам себя не понимаю —  
  
Только дело начинаю,  
  
Передумав, вмиг бросаю.  
  
Мнение особое  
  
По любому поводу  
  
Я имею, и оно  
  
Может меняться, как кадры в кино.  
  
Есть хотел, к столу пришел,  
  
Аппетит мой вдруг прошел.  
  
Позвал друга погулять,  
  
Сам улегся на кровать.  
  
Папа просит помолчать,  
  
Начинаю я кричать.  
  
У компьютера сидеть  
  
Запрещает мама,  
  
Оторвать меня нельзя  
  
От его экрана.  
  
Вот такой я не простой,  
  
Или очень сложный,  
  
Но, по-моему, со мной  
  
Сговориться можно!

- Приятно ли общаться с человеком, у которого часто меняется на­строение?  
  
- Думает ли капризный человек об окружающих людях?  
  
- Все ли желания могут быть выполнены?  
  
**V. Толкование пословиц и крылатых выражений**  
  
Как ты понимаешь эти выражения?  
  
Гордость — глупости сосед.  
  
Хвалят, не гордись, ругают, не сердись.  
  
Своя рубаха ближе к телу.  
  
Кто в нраве крут, тот никому не друг.  
  
К нему и на козе боком не подъедешь.  
  
Не хочу в ворота - разбирай забор.  
  
**VI. Творческая часть:**нарисуйте своё самое заветное желание

1. **Итог**- может ли исполниться ваше желание? - что нужно делать, чтобы желания исполнялись?

**Занятие 17. Как воспитать в себе сдержанность**  
  
**I. Повторение**  
  
- Что такое каприз?  
  
- Какие проблемы могут возникать при общении с капризным чело­веком?  
  
— Можно ли обойтись без капризов?  
  
— Контролируете ли вы свои поступки, выражения чувств?  
  
— В чем это выражается?  
  
**II. Игра «Проверь себя»**  
  
1. В класс во время урока заглянул мальчик из соседнего класса. Как вы поступите:  
  
а) громко поприветствуете его;  
  
б) молча улыбнетесь;  
  
в) помашите ему рукой.  
  
2. Вы с родителями пришли в магазин, купили подарки вашему брату ко дню рождения. Вам тоже хочется получить подарок. Родители обещают это сделать позднее. Как вы поступите:  
  
а) закричите на весь магазин: «Хочу книгу, машину, велосипед...»  
  
б) спокойно обсудите с родителями вопрос о том, что бы вам хоте­лось получить в будущем в подарок.  
  
**III. Оздоровительная минутка: гимнастика для глаз.**  
  
**IV. Работа с толковым словарем**  
  
— Что значит сдержаться? *(Удержать себя от какого-нибудь чувства, реакции.)*  
  
**V. Беседа по теме**  
  
— Легко ли сдерживать себя, если хочется бегать, топать, громко кри­чать, драться, обижаться...  
  
— Всегда ли нужно себя сдерживать?  
  
а) если вы на стадионе, а хочется бегать, прыгать, плавать...  
  
б) если на уроке, а хочется смеяться, кувыркаться, отнять у соседа по парте ручку...  
  
**VI. Толкование пословиц**  
  
Как вы понимаете пословицы:  
  
— Каждому овощу, свое время.  
  
— Делу время, потехе час.  
  
**VII. Творческая часть:**рисунок «сотвори в себе солнце»

1. **Итог**

- каким образом мы можем научиться сдерживать себя, свои эмоции?

**ТЕМА 12. НЕ ГРЫЗИ НОГТИ, НЕ КОВЫРЯЙ В НОСУ**  
  
**Занятие 18. Как отучить себя от вредных привычек (начало)**  
  
**I. Анализ ситуации**

Руки умные мои,  
  
Заменяют мне они:  
  
Носовой платок, расчёску,  
  
Вилку и зубную щётку.  
  
И я очень рада,  
  
Их стирать не надо!

— Зачем человеку нужны руки?  
  
— Зачем нужны руки музыканту, художнику, строителю?  
  
- Приятно ли общаться с таким человеком?  
  
**II. Беседа по теме**  
  
- Вспомните вредные привычки подобные той, что описаны в стихот­ворении.  
  
- Знаете ли вы, что грызть ногти, ковырять в носу, сморкаться в руки некрасиво и вредно для здоровья. Именно руками через нос и рот в организм заносится инфекция.  
  
**III. Оздоровительная минутка: пальчиковая гимнастика.**  
  
**IV. Это полезно знать:**  
  
- Для ухода за носом существует носовой платок, его надо всегда но­сить с собой.  
  
- Ногти необходимо один раз в неделю подстригать ножницами.  
  
- Остатки пищи между зубами удаляют зубочисткой или зубной нитью.  
  
**V. Повторение основного девиза:**  
  
Я здоровье берегу,   
  
Сам себе я помогу.  
  
**VI. Творческая часть:**нарисуйте свои вредные привычки.  
  
**VII. Итог**  
  
Помогите себе избавиться от вредных привычек, следите за своим по­ведением, контролируйте себя!  
  
  
**Занятие 19. Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)**  
  
**I. Повторение**  
  
Какие привычки мы называем вредными?  
  
**П. Анализ ситуации**

Для чего нужны нам пальцы?  
  
Чтоб в носу поковырять,  
  
Или вместо зубочистки  
  
Мясо из зубов достать.  
  
Заменяя леденцы,   
  
Сосут пальцы сорванцы.  
  
Неприятно вам смотреть,  
  
Но куда ж нам пальцы деть?

- Приятно ли наблюдать за соседом по классу, ковыряющимся в носу?  
  
- Замечали ли вы за собой такую привычку?  
  
**III. Зачитывание слов:**  
  
Пальцем ковырять в носу —   
  
Это очень дурно.   
  
Можно выпачкать костюм,   
  
Да и некультурно.  
  
**IV. Оздоровительная минутка: пальчиковая гимнастика.**  
  
**V. Игра «Давай поговорим»**  
  
Я думаю, что нужно пользоваться только чистым носовым платком. Как вы думаете, почему?  
  
Я думаю, что чистить нос нужно только в ванной комнате под водой.  
  
Я думаю, что ногти нужно или подстригать или подпиливать пилочкой для ногтей.  
  
Я думаю, что у каждого человека должна быть своя расческа.  
  
Я думаю, что зимой губы нужно обрабатывать гигиенической помадой, а не обкусывать их.  
  
**VI. Закрепление материала**  
  
Стихи читают дети.

1. Гигиену очень строго   
  
Надо соблюдать всегда...   
  
Под ногтями грязи много,  
  
Хоть она и не видна.  
  
2. Грязь микробами пугает:   
  
Ох, коварные они!   
  
Ведь от них заболевают   
  
Люди в считанные дни.  
  
3. Если руки моешь с мылом,  
  
То микробы поскорей  
  
Прячут под ногтями силу,  
  
И глядят из-под ногтей.  
  
4. И бывают же на свете  
  
Словно выросли в лесу,  
  
Непонятливые дети:  
  
Ногти грязные грызут.

1. Не грызите ногти, дети,

Не тяните пальцы в рот.  
  
Это правило, поверьте,  
  
Лишь на пользу вам пойдёт.

**VII. Творческая часть:**нарисуйте те предметы, которые помогают нам избавиться от вредных привычек.  
  
**VIII. Итог**  
  
Если вы будете внимательны к себе, избавитесь от вредных привычек.

**ТЕМА 13. КАК НУЖНО ОДЕВАТЬСЯ**  
  
**Занятие 20. Одежда**  
  
**I. Игра «Кто больше знает»?**  
  
Доска делится на три части. Дети называют различную одежду, учитель записывает в левой части доски названия верхней одежды для улицы, в середине доски — верхней одежды для дома, справа — разновидности обуви. Выигрывает тот, кто назвал больше предметов.  
  
**II. Беседа по теме**  
  
- В чем сходство и различие разных видов одежды?  
  
- Зачем нужна одежда?  
  
- Какое основное требование к одежде?  
  
- Какое основное требование к обуви?  
  
**Вывод:**Нижние белье и верхняя одежда должны быть чистыми, хорошо отглаженными горячим утюгом, удобными, нужного размера. Стоптанная, очень широкая или узкая обувь портит ноги и походку человека.  
  
**III. Закончите фразу:**  
  
- Я каждый вечер очищаю и натираю кремом свою...  
  
- Я каждый день глажу...  
  
- Я каждый вечер стираю...  
  
- Каждый день мама дает мне чистый носовой...  
  
**IV. Толкование пословицы**  
  
Как вы понимаете смысл русской пословицы «Встречают по одёжке, провожают по уму»?  
  
**V. Игра «Найди правильный ответ»**  
  
В любом деле я чувствую себя более уверенно, если:  
  
- мое платье среди других самое яркое и блестящее;  
  
- мое платье самое дорогое;  
  
- мое платье скромное, опрятное, чистое;  
  
- мой костюм разорван на локте;  
  
- мой костюм измялся в автобусе.  
  
**VI. Анализ ситуации**

Платьице нарядное  
  
Сшила я сама,  
  
Очень оно модное,  
  
Светла кайма,  
  
Всё в цветочках синеньких,  
  
Милых васильках,  
  
Я такое платьице,  
  
Видела лишь в снах.  
  
Просит мама, просят гости:  
  
- На себя его примерь,  
  
И пройдись в нём перед нами,  
  
Покажи свою модель.  
  
Я бы рада, это просто,  
  
Только платье не по росту.  
  
Я не знаю, как случилось,  
  
И не знаю, что сказать,  
  
На меня оно не лезет-  
  
Надо кукле ушивать.

— Чем это платье отличается от других?  
  
— В чем его достоинство и какие у него недостатки? Можно ли их исправить?  
  
**VII. Это нужно знать:**  
  
Великий русский писатель А.П. Чехов сказал: «В человеке должно быть все прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли». Подумайте, как это можно выполнить в жизни.  
  
**VIII. Творческая часть:**нарисуйте свою самую любимую одежду и обувь.  
  
**IX. Итог**  
  
Одежда защищает тело человека, придает уверенности, создает настро­ение, позволяет сохранить здоровыми ноги, руки, голову и другие части тела.

**ТЕМА 14. КАК ВЕСТИ СЕБЯ ЗА СТОЛОМ**  
  
**Занятие 21. Сервировка стола**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
- Чем отличается убранство праздничного стола от каждодневного? Что в них общего?  
  
- Зачем стол покрывают скатертью, ставят необходимую посуду?  
  
- Какое чувство и настроение должен вызвать внешний вид накрыто­го к обеду стола? Приятно ли обедать за чистым, аккуратным, хоро­шо сервированным столом или, главное, чтобы еда была вкусной, а все остальное неважно?  
  
**II. Отгадывание кроссворда**  
  
1) Что говорят, когда выходишь из-за стола? *(Спасибо.)*  
  
2) Что находится между ртом и желудком? *(Пищевод.)*  
  
3) Что переваривается в желудке? *(Пища.)*  
  
4) Что находится после пищевода? *(Желудок.)*  
  
*5)*Куда первоначально попадает пища? *(Рот.)*  
  
6) Где происходит впитывание питательных веществ? *(Кишки.)*  
  
7) Как называется то, чем мы застилаем стол? (*Скатерть.)*  
  
Какое слово получилось по вертикали? *(Аппетит.)*  
  
**Вывод:**убранство стола и вид приготовленных блюд может вызывать аппетит и положительные эмоции.  
  
**III. Пиши и говори правильно: аппетит**  
  
**IV. Сервировка стола**  
  
Как правильно накрыть стол?  
  
— Скатерть должна опускаться с каждой стороны стола на 20-30 см.  
  
— Приборы ставят по числу обедающих.  
  
— Вначале ставится самая широкая из всех, подставная тарелка, кото­рая защищает стол от горячего. Это тарелка убирается только перед  
  
подачей чая.  
  
— На нее ставится тарелка, из которой едят, на этой тарелке размещают салфетку из ткани. Во время еды эту салфетку, сложенную вдвое, кладут на колени, она защищает одежду.  
  
— Левее подставной тарелки и вилок ставиться мелкая тарелка для хлеба, если ее не поставили, хлеб можно положить на бумажную  
  
салфетку.  
  
— Слева от подставной тарелки — вилки, по числу блюд, зубцами  
  
вверх.  
  
— Справа от подставной тарелки - ножи, по числу блюд, лезвием к тарелке, и ложка — выпуклой стороной вниз.  
  
— Перед ножами и ложкой ближе к центру стола — слева большие бокалы для воды, справа — маленькие для крепких напитков.  
  
— При наличии десерта, перед подставной тарелкой ближе к центру стола располагается прибор для десерта: вилка зубцами вверх, ложка выпуклостью вниз, ручкой вправо, нож лезвием к подставной тарел­ке, ручкой вправо.  
  
— Справа от бокалов — маленький бокальчик с бумажными салфет­ками, можно положить салфетки рядом со столовым прибором.  
  
— Нож принято держать в правой руке, а вилку в левой.  
  
- Чашку с блюдцем ставят напротив сидящего на расстоянии 4-5 см от края стола, ручка чашки смотрит вправо, чайная ложка лежит под ручкой чашки на блюдце, выпуклостью вниз, ручкой к сидя­щему.  
  
- Нож для масла кладут слева от чашки с блюдцем или на десертную тарелку для торта (пирожного, печенья), стоящую правее чашки с блюдцем, розетка для варенья левее тарелки для торта.  
  
- Стаканы в подстаканниках ставят на десертную тарелку.  
  
**IV. Творческая часть:**  
  
Нарисуйте сервировку стола согласно меню (работа по вариантам):

**Завтрак**  
  
Каша рисовая  
  
Батон с маслом с сыром   
  
Чай с лимоном  
  
Яблоко   
  
**Обед**  
  
Салат овощной  
  
Суп – лапша домашняя   
  
Кура отварная с овощами   
  
Сок фруктовый   
  
Хлеб   
  
**Полдник**  
  
Апельсин   
  
Ряженка   
  
Булочка «Нежная»   
  
**Ужин**  
  
Макароны, запеченные с сыром   
  
Огурец свежий   
  
Батон с маслом   
  
Напиток кофейный с молоком 

**V. Это интересно!**  
  
Каждый народ имеет свои обычаи и культуру питания. Сервировка стола тоже бывает разной. Российский столовый этикет близок к европей­скому. В России впервые стали пользоваться вилками, индивидуальными тарелками и салфетками при царе Петре I. Трех- и четырехзубцовые вил­ки появились в XVIII веке, салфетки — две тысячи лет тому назад.  
  
**VI. Итог**  
  
Еда на чистом, красиво сервированном столе вызывает у нас аппетит и хорошее настроение. Это полезно для нашего здоровья.

**Занятие 22. Правила поведения за столом**  
  
**I. Анализ ситуации**

Чай, кисель и простокваши  
  
Пьют из чашек дети наши.  
  
Есть на чашке ручка –  
  
Целых полсердечка.  
  
За неё берутся,  
  
Чтобы не обжечься.  
  
У Танюши новый план:  
  
Наливает чай в стакан,  
  
Чуть его приподняла  
  
Сразу руку обожгла,  
  
Разве может быть иначе,  
  
Если чай такой горячий?  
  
- Хочешь пить ты из стакана,-  
  
Говорит сердито мама,  
  
- Подстаканник надо брать,  
  
И тогда ожога пальцев  
  
Можно будет избежать!

— Что случилось у Танюши? Почему это произошло?  
  
— Что такое подстаканник, зачем он нужен?  
  
**II. Беседа по теме**  
  
Если вы идете в гости или пригласили гостей к себе, то в первую оче­редь, садясь за стол, должны подумать об удобстве для своих соседей. Что­бы не мешать другим и не портить никому настроение, существуют правила поведения за столом, которые надо знать и уметь выполнять. Давайте их вместе назовем их:  
  
1) За столом сидят прямо, немного наклоняясь во время еды.  
  
2) Салфетку из ткани, сложенную пополам, кладут на колени.  
  
3) Тарелку с остатками супа осторожно немного наклоняют от себя.  
  
4) Закончив есть, ложку кладут на тарелку выпуклостью вверх.  
  
5) Хлеб берут левой рукой.  
  
6) Не принято дуть на горячую еду, чавкать, облизывать пальцы, раз­махивать вилкой, ложкой или ножом.  
  
7) Нож держат в правой руке, а вилку в левой. Ножом отрезают от целого небольшие кусочки, а вилкой отправляют их в рот.  
  
8) То, что можно есть без ножа, едят одной вилкой, находящейся в правой руке.  
  
9) Большие бутерброды берут руками, маленькие - небольшой шпаж­кой вколотой в него.  
  
10) Салат из общего блюда берут ложкой, вставленной в него, общую салатницу подносят к своей тарелке, не надо тянуться к блюду, луч­ше попросите передать его вам.  
  
11) Яйцо, сваренное вкрутую, очищают от скорлупы, разрезают вдоль и едят вилкой. Яйцо всмятку подается в специальной рюмке.  
  
12) Все знают, что рыбу и птицу едят руками, в то же время, для того чтобы не испачкать руки, можно рыбу и птицу есть с помощью ножа и вилки или с помощью хлеба и вилки. Кости укладывают на специ­альную тарелочку для костей или на дно, а не на край своей тарел­ки. Если в рот попала косточка, нужно аккуратно вилкой или лож­кой положить ее на дно своей тарелки.  
  
13) Персональной чайной ложечкой размешивают сахар и толкут ли­мон и вынимают ее и лимон на блюдце.  
  
14) Общей ложкой накладывают сахар, варенье, торт и возвращают ее на прежнее место.  
  
15) Печенье, пирожное конфеты берут с тарелки или вазочки рукой.  
  
16) Некрасиво класть руки и локти на стол, разговаривать с полным ртом, пить, когда во рту пища, класть в тарелку более двух видов пищи, проливать напитки или суп на скатерть, скатывать из хлеба шарики. Допустив ошибку, надо ее исправить, не привлекая к себе общего внимания.  
  
**III. Анализ ситуации**

В гости мы пришли к соседу  
  
Точно к самому обеду.  
  
Я уселся, где хотел,  
  
И с тарелки персик съел.  
  
На стол руки положил,  
  
Локтем двинул – суп разлил.  
  
Ой, пятнище на ковре,  
  
Надо что-то сделать мне.  
  
Я вскочил и стол задел,  
  
Вниз салатник полетел.  
  
Я в салат ногой попал,  
  
Поскользнулся и упал.  
  
Встать пытаюсь и рукою,  
  
Зацепился за обои.  
  
Получилось без меня   
  
Рисует что-то пятерня.  
  
Друг мой извиняется  
  
И уйти пытается.  
  
Вслед ему я говорю:  
  
- Что ты в самом деле,  
  
Мы ж ещё не ели.

- Какие ошибки совершил гость?  
  
- Как надо поступить, если это произошло случайно?  
  
- Можно ли так поступать осознанно в гостях или дома?  
  
- Какие последствия может иметь такое поведение?  
  
**IV. Игра «Закончи предложение»**  
  
Я люблю ходить в гости потому, что...   
  
Сидя за столом, я не буду...  
  
Выходя из-за стола, я скажу...  
  
**V. Творческая часть:**рисунок «я в гостях», «кукольное чаепитие»  
  
**VI. Итог**

**ТЕМА 15. КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ГОСТЯХ**  
  
**Занятие 23. Ты идешь в гости**  
  
**I. Анализ ситуации**  
  
*Пете не нравились уроки «вежливости», которые он часто получал от мамы или в школе. Почему-то не хотелось им следовать, и он постоянно их нарушал. После каждого такого случая он чувствовал себя неважно.*  
  
*Однажды Петя вышел в школьный двор сел на лавочку и задумался: «По­чему это происходит»? На край скамейки опустилась маленькая фея и по­звала Петю с собой. Петя не хотел идти, но почему-то пошел. В какой-то момент они оказались в странном городе, где было мало света, много сора и бегали невысокие длиннорукие человечки. «Смотри, может быть, ты хочешь быть похожим на них?»*— *спросила фея и исчезла.*  
  
*К Пете подошел длиннорукий мальчик, и сказал: «Пошли со мной в гости к приятелям». «Спасибо»,*- *испугано ответил Петя. Мальчик рассмеялся: «В нашем городе не говорят спасибо». Они вошли в большую грязную комна­ту. За столом сидели дети и руками ели кашу с черносливом. Косточки они бросали на пол. «Здравствуйте», — поприветствовал их Петя. Никто не ответил. «Мы не знаем такого слова», - сказал мальчик. Дети за столом брали ладошками кашу, набивали ею рот, с трудом пережевывая, и очень напоминали жующих кроликов. Одновременно они хватали со стола конфе­ты, пирожные с кремом и складывали их в карманы курточек. Они мешали друг другу, толкаясь локтями, и, при этом, не извинялись. Мальчик пота­щил Петю к столу. «Я тебе советую, делай как мы, иначе тебе ничего не достанется».*  
  
*Пете стало грустно. Он захотел домой. Следовать советам длинноруко­го мальчика ему не хотелось. Внезапно появилась фея, и Петя вновь оказался на школьной скамейке.*  
  
- Можно ли советы длиннорукого мальчика назвать «вредными»?  
  
- Как вы думаете, можно ли про гостей, которые следуют таким сове­там, сказать словами русской пословицы: «Гость на гость - хозяину радость»?  
  
- Перечислите известные вам правила поведения в гостях.  
  
**II. Беседа по теме**  
  
Какие бывают гости? (приглашенные, неожиданные, приехавшие из­далека, ранние, поздние, надоевшие, засидевшиеся.) Хозяин доброжела­тельно и радушно встречает гостей. Собираясь в гости, нужно заранее пре­дупредить хозяев, чтобы не поставить их в неловкое положение. Вспомните русские пословицы: «Незваный гость хуже татарина», «Незваные гости с пиру долой». Самый желанный гость тот, кого пригласили. Если вас при­гласили, и вы дали согласие, то обязаны прийти. Если вы не можете прийти, то предупредите об этом надо заранее. Для собирающегося в гости суще­ствуют определенные нормы поведения - гостевой этикет. Вспомните их.  
  
**III. Приглашение гостей**  
  
Приглашение может быть в устной и письменной форме. Выслушайте приглашение, которое девочка послала своей подруге: «Дорогая Аня! 18 марта приглашаю тебя на день рождения. Таня Петрова».  
  
- Каких данных не хватает в этом приглашении?  
  
**IV. Творческая часть:**  
  
- Составьте текст приглашения на день своего рождения и запишите его. Поменяйтесь альбомами с соседом по парте и поделитесь друг с другом впечатлениями о тексте.  
  
**V. Это полезно знать:**  
  
В гости надо приходить:  
  
- в назначенное в приглашении время, опаздывать некрасиво;  
  
- с цветами и подарками;  
  
- нарядно одетыми, со сменой обувью;  
  
- не задерживаться на празднике дольше других гостей;  
  
- уходя из гостей, нужно обязательно поблагодарить хозяев за праздник, замечательный стол, радушный прием, удачный сценарий вечера.  
  
**VI. Итог**  
  
В чужой дом без приглашения и особой на то причины приходить нежелательно. Старайся соблюдать гостевой этикет.

**ТЕМА 16*.*КАК ОТНОСИТЬСЯ К ПОДАРКАМ**  
  
**Занятие 24. Я принимаю подарок**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
— Вспомните, часто ли вам дарят подарки?  
  
— По какому поводу вы получали подарки?  
  
— Какое чувство вы испытываете, получая подарок?  
  
— Послушайте стихотворение и ответьте на вопрос: «Почему старуш­ка и пудель по-разному реагируют на подарки?»  
  
Старушке в подарок прислали кофейник,  
  
А пуделю – плётку и медный ошейник.  
  
Довольна старушка, а пудель не рад,  
  
И просит подарки отправить назад.  
  
— Всегда ли вы рады подарку?  
  
— Как вы реагируете на нежеланный подарок?  
  
**II. Игра «Закончите предложение»** (Каждый ученик добавляет по одному слову.)   
  
Я буду очень рад, если мне подарят...   
  
Я бы не хотел, чтобы мне подарили...  
  
**III. Анализ ситуаций:**  
  
**Ситуация 1.**  
  
Наступает Новый год,  
  
К детям Дед Мороз придет.  
  
Много вкусненьких подарков,  
  
Он ребятам принесет.  
  
И под елку их положит.  
  
Ты один забрать их сможешь,   
  
Коль проснешься раньше всех.  
  
Братьям, сестрам—даришь смех.   
  
Им подарков не давай,   
  
Сам их тайно поедай.

*-*Поделитесь впечатлениями об этом «полезном совете».  
  
- Приходилось ли вам просить подарок?  
  
**Ситуация 2.**  
  
Нам прислал письмо Незнайка, послушайте, что он пишет: «Дорогие ребята! Я и Знайка сейчас находимся на северном полюсе. Вокруг много льда и снега. Мы подружились с белыми медведями, и я подарил им семе­на лука. В луке много витаминов, и все медведи будут здоровыми. Медве­ди обрадовались, решили сразу посадить лук, но, как всегда, помешал Знайка, он утверждает, что в снегу ничего не вырастет. Я же считаю, что снег - это вода, и лук будет крупным и вкусным. Ребята, объясните Знай­ке, что я прав. А еще, ребята, здесь скучно, поэтому пришлите мне, пожа­луйста, много новых красивых игрушек».  
  
- Вырастет ли лук, посаженный в снег?  
  
- Сможем ли мы купить и отправить по почте много новых игрушек Незнайке?  
  
- Есть ли у вас желание написать кому-нибудь похожее письмо?  
  
- Как вы принимаете подарки?  
  
- В чем смыл русской пословицы: «Не дорог подарок, дорога любовь»?  
  
**IV. Это полезно помнить:**  
- Любой подарок примите с благодарностью.  
- Раскройте и рассмотрите подарок в присутствии дарителя.  
- Уделите внимание каждому подарку, скажите, как вы думаете его применить или покажите это в действии, например, цветы поставьте в воду, а конфеты на праздничный стол.  
  
**V. Подберите слова благодарности, если вам подарили:**  
- словарь иностранных слов;  
- компьютерный диск;  
- домашние тапочки;  
- два одинаковых подарка.  
  
**VI. Творческая часть:**нарисуйте подарок, который вам никогда бы не хотелось получить.

**Итог**-Как вы понимаете смысл пословицы «Дарёному коню в зубы не смотрят»?  
- Как нужно поступить с полученным подарком?   
-Если он вам не нужен?

**Занятие 25. Я дарю подарки**

**I. Беседа по теме**  
- Вспомните слова из Библии: «Давать приятнее, чем получать». Со­гласны ли вы с этим утверждением? Или вам больше нравится полу­чать подарки?  
- Что принято дарить близким, хорошо знакомым и малознакомым людям? Всегда ли подарок носит материальный характер, то есть все­гда ли мы дарим то, что можно купить или сделать собственными руками?  
  
**II. Анализ ситуаций:**  
**Ситуация 1.**Мама, папа, Катя, я –  
Очень дружная семья.  
Маму с папой уважаем,  
Им активно помогаем:  
И квартиру убираем,  
И посуду вытираем,  
И пятёрки получаем,  
И подарки мы им дарим,  
Не на праздник –  
Каждый день!  
Раз себя мы уважаем,

То трудиться нам не лень.  
- Когда и какие подарки взрослым делают дети в этой семье?  
- Какие подарки вы делаете своим родителям?  
- Трудно ли вам расставаться с вещами (игрушками), приготовлен­ными для других? Приведите примеры.   
  
**Ситуация 2.**Может быть, не стоит   
Нам дарить подарки,   
Потому что отдавать   
Их, конечно, жалко.  
- Согласны ли вы с таким советом?  
  
**Вывод:**Жадность вызывает у человека беспокойство и отрицательные эмоции, которые плохо влияют на его здоровье. Учитесь отдавать (дарить) с удовольствием.  
  
**III. Это интересно:**  
  
Слово «эмоция» происходит от латинского слова и переводится как «потрясаю, волную». С помощью эмоций мы выражаем свое отношение к происходящему.  
  
**IV. Игра «Выбери ответ»**  
Я подарю другу:  
- то, что хотел бы получить сам;  
- то, что могу сделать сам;  
- дорогую игрушку из магазина;  
- то, что доставит ему радость.  
  
**V. Это полезно знать:**  
  
Вручают подарок:  
  
- стоя,  
- в гостевой комнате, а не в прихожей,  
- с улыбкой и добрыми пожеланиями.  
  
**VI. Творческая часть:**нарисуйте подарок для лучшего друга (подруги)  
  
**VII. Итог**Самый лучший подарок тот, который делают от души. «Кого люб­лю, того дарю» - так считали на Руси. Когда вы делаете подарок от души, то испытываете положительные эмоции, что полезно для вашего здоровья.  
  
  
**ТЕМА 17. КАК ВЫБРАТЬ ДРУЗЕЙ**  
  
**Занятие 26. Что такое дружба**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
Певец С. Адамо считал: «Дружба - это дополнение одного человека другим. Это полное понимание друг друга и умом, и душой. В дружбе важно: если вы хотите побыть в одиночестве, друг должен понять вас и уйти, исчезнуть на время».  
  
- Как вы понимаете выражение «дополнение одного человека дру­гим»?  
  
- Почему душа и ум по-разному «понимают» одну и ту же ситуацию?  
  
- Как научиться дружить, нужно ли этому учиться?  
  
- Какая бывает дружба?  
  
- Какого друга вы бы хотели иметь?  
  
Летчик и писатель А. Экзюпери писал: «Если человек уважает только того, кто с ним схож, он уважает лишь себя одного».  
  
- У кого из вас другое мнение?  
  
Запомните это высказывание и попытайтесь проверить его при обще­нии с другими людьми.  
  
**II. Закончи рассказ**  
  
Я не знаю, есть ли у меня друзья — или это только приятели и одно­классники. Я хотел бы, чтобы мой друг ...  
  
**III. Игра «Хочу быть»**  
  
Хочу быть для Коли таким другом, который ...  
  
**IV. Чтение детьми стихотворений**

1.В небе солнышко сияет,  
  
На траве дрожит роса,  
  
Мы друзей своих встречаем,  
  
Значит будут чудеса.  
  
2.Ветер яблони качает,  
  
Люди ценят мастерство,  
  
Друг сегодня приезжает,  
  
Значит будет волшебство.  
  
3.Белым цветом сад сияет,  
  
И в горах бежит ручей,  
  
Друг теплом своим согреет,  
  
Значит, будет веселей.  
  
4.Все травинки разволнуются,  
  
Звезда с неба упадёт,  
  
Если все вокруг обнимутся,  
  
Тот природа расцветёт.  
  
5.Мы природу уважаем,  
  
Не нужна нам суета.  
  
Никого не обижаем,  
  
В мире будет красота.  
  
6.Если все на свете дружат,  
  
Люди, звери и леса,  
  
Хороводы дружбы кружат,  
  
Значит, будет доброта.

**V. Анализ ситуации**  
  
Чтение рассказ Л.Н. Толстого «Отец и сыновья».  
  
*Отец приказал сыновьям, чтобы жили в согласии. Они не слушались. Вот он велел принести веник и говорит:*  
  
— *Сломайте!*  
  
*Сколько они не бились, не могли сломать. Тогда отец развязал веник и велел ломать по одному прутику. Они легко переломали прутья по одиночке. Отец и говорит:*  
  
— *Так-то и вы: если в согласии жить будете, никто вас не одолеет, а если будете ссориться да все врозь*- *вас всякий легко погубит!*  
  
— Как вы понимаете, словосочетание «жить в согласии»? Приведите пример из своей жизни, когда согласие или дружба вам помогли в каком-то деле.  
  
**VI. Творческая часть:**рисуем ассоциацию настоящей дружбы.  
  
**VII. Итог**  
  
Дружба — это ответственность не только за себя, но и за другого.  
  
  
**Занятие 27. Кто может считаться настоящим другом?**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
Кто может стать вашим другом: родственник или чужой человек, ро­весник, подросток или взрослый человек? Могут ли быть друзьями роди­тели и учителя?  
  
Чем отличается друг от приятеля или знакомого?  
  
Можно ли считать другом того, кто во всем с тобой соглашается, под­держивает и в хорошем деле, и в озорстве, и в хулиганстве?  
  
Почему народная мудрость гласит: «Друга легче найти, чем сохра­нить»?  
  
Может ли быть много настоящих друзей? Существуют ли взаимные обязательства в дружбе?  
  
Что может разрушить дружбу?  
  
Всегда ли надо говорить друг другу правду, если это ему неприятно?  
  
**II. Игра «Продолжи предложение»**  
  
Если друг ошибается и может совершить опасный поступок, то я ...  
  
**III. Анализ ситуации**

Парень рядышком живёт,  
  
Всем советы он даёт:  
  
Как правильно играть в футбол,  
  
Как бить, чтоб получился гол,  
  
Как дверь входную открывать  
  
И как обмана избежать.  
  
Я привык к его советам,  
  
И хвалю его за это.  
  
Сам я думать не желаю,  
  
Его советы воплощаю.

— Почему от друга мы ждем только полезного совета и помощи?  
  
— Всегда ли оправдываются эти надежды?  
  
**IV. Творческая часть:**  
  
В альбоме делим лист пополам. Слева пишем — что вы любите в своём друге (подруге), а справа — что не любите. А потом напишите, что любят и не любят одноклассники.  
  
**V. Анализ выражения**  
  
Как вы понимаете слова А. Экзюпери: «Ты всегда в ответе за тех, кого  
  
приручил»?  
  
**VI. Итог**Друг — это тот человек, который тревожится, волнуется, переживает и радуется за своего друга, т.е. несет ответственность за другого.  
  
  
**ТЕМА 18. «НЕХОРОШИЕ СЛОВА». НЕДОБРЫЕ ШУТКИ**  
  
**Занятие 28. Умеем ли мы вежливо общаться**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
Сейчас я поздороваюсь с каждым из вас персонально. А вы скажите, какое приветствие вам больше всего понравилось.  
  
- Приветик!  
  
— Здравствуй Коля!  
  
— Доброе утро Ириша, у тебя чудесные бантики!  
  
- Привет, Игорь, ты прекрасно выглядишь!  
  
— Доброе утро!  
  
- Здравствуй!  
  
Поприветствуйте соседа по парте так, как бы вы хотели, чтобы поздо­ровались с вами. Как вы думаете, приятно ли человеку, когда при встрече его назвали по имени и сделали комплемент? Давайте здороваться друг с другом только так.  
  
Важно ли при встрече улыбнуться друг другу? Давайте не будем ску­питься на улыбку. Как вы здороваетесь, если видите вдалеке друга? Жес­том и улыбкой можно приветствовать друг друга издалека.  
  
**II. Игра «Комплимент»**  
  
У меня есть волшебный стул. Каждый, кто садится на этот стул, теряет все свои плохие качества. Сегодня на этот стул сядут по очереди ваши одно­классники. Все сидящие за партами делают комп­лименты, сидящему на стуле участнику.   
  
**III. Анализ ситуации**  
  
Вы... это самое... того...  
  
Когда вы говорите, то, значит, это... как его...  
  
Ну, в общем, не тяните.  
  
Вот, между прочим, так сказать,  
  
Что мне хотелось вам сказать.  
  
Прислушайтесь к себе, как часто вы произносите похожие слова, в которых нет смысла. Такие слова ничего не обозначают, а только засоряют нашу речь и называются эти слова – паразитами. Выбросите из каждой строчки все «слова-паразиты», что оста­нется? Изменится ли смысл сказанного?  
  
**IV. Искусство говорить «нет»**  
  
Ребята представьте, что я прошу вас на перемене не отдыхать, а решить еще одну задачу по математике. Что вы мне ответите? «Нет, не хочу, не буду».  
  
А знаете, как мне ответил мальчик из другого класса? Он сказал: «Я с удовольствие решу эту задачу, только не на перемене, а дома». Скажите, он мне отказал или согласился?  
  
**Вывод:**умейте отказаться от предложения так, чтобы не обидеть про­сящего. Сначала думайте, а потом говорите.  
  
**V. Закрепление материала: закончите четверостишие**  
  
В нашем классе чудеса, бывает, происходят,  
  
Дети нужные слова часто не находят.  
  
В любое время года, жару или ненастье  
  
Забывает кое–кто простое слово …(здрасьте).  
  
С парты сбросил всё сосед, только посмотрите,  
  
Убежал, не вспомнил он слово … (извините).  
  
Подарили вам портфель и ещё что-либо,  
  
Надо что-то бы сказать, кажется …(спасибо).  
  
Эти важные слова надо помнить, дети,  
  
Интереснее тогда будет жить на свете.  
  
Три волшебных слова чаще говорите,  
  
И получится у вас, всё, что захотите!  
  
Спасибо, здрасьте, извините –  
  
К общенью дверь, в неё входите!   
  
*-*Какие слова как можно чаще надо включать в свою речь?   
  
**VI. Творческая часть:**рисуем ассоциацию добрые и плохие слова в нашей душе  
  
**VII. Итог**  
  
Доброжелательность ваших слов, ваша улыбка сохраняют ваше здоро­вье и здоровье окружающих. Сначала подумайте, а потом скажите.  
  
  
**Занятие 29. Умеем ли мы разговаривать по телефону?**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
- Вспомните несколько фраз, произнесенных по телефону Слоном в сказке К. Чуковского «Телефон». Как построен разговор?  
  
- Чем телефонный разговор отличается от обычного? *(Мы не видим человека, его жестов, мимики, мы слышим только слова.)*  
  
*-*Испытываете ли вы трудности при телефонном разговоре? В чем они заключаются?  
  
**II. Игра «Телефон»**  
  
Выходят трое детей. Между ними распределяются роли: два товарища, одноклассники и мать одного из них. Один одноклассник звонит друго­му, чтобы уточнить домашние задание. Трубку берет мать.  
  
Дети разыгрывают возможный разговор.  
  
Анализ разговора:  
  
- Какие ошибки на ваш взгляд допущены?  
  
**III. Это полезно знать!**  
  
Правила ведения телефонного разговора:  
  
Если вы звоните по телефону, то ждите ответ в течение 5-7 гудков.  
  
Если у вас звонит телефон, старайтесь поднять трубку как можно ско­рее, чтобы не заставлять других ждать.  
  
Старайтесь звонить по личному телефону с 9.00 до 21.00.  
  
После приветствия следует представиться, назвать свое имя и сказать о цели своего звонка.  
  
Если того, кому вы звоните, не оказалось дома, и трубку взяли другие члены семьи, вежливо извинитесь за беспокойство, допустимо пожелать собеседнику доброго здоровья.  
  
Разговор не может длиться более 3-5 минут, вдруг кто-то не может дозвониться по важному делу.  
  
Если ты набрал номер, но попал не по адресу, следует вежливо изви­ниться и уточнить номер.  
  
Трубку поднимайте аккуратно.  
  
**IV. Повторение правил звонков по телефону экстренных служб:01,02,03,123.**  
  
**V. Итог**  
  
В разговоре по телефону надо быть предельно вежливым.   
  
  
**ТЕМА 19. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ НЕ ХОЧЕТСЯ В ШКОЛУ**  
  
**Занятие 30. Помоги себе сам**  
  
**I. Анализ ситуации**

В детский сад последний раз  
  
Идёт сегодня мальчик Стас.  
  
Шесть лет ему, пошел седьмой,  
  
И он уже совсем большой.  
  
Ему пора учиться,  
  
И в школу он стремится,  
  
Он старательно считает,   
  
Буквы цифры различает.   
  
И это только лишь начало,   
  
— Он умеет слишком мало,   
  
Но не огорчается   
  
-В школу собирается.

— С каким настроением ребенок собирается в школу?  
  
— Почему дети стремятся в школу?  
  
**II. Актуализация знаний**  
  
Прочитайте мудрые мысли, написанные на доске. Каждый из вас вслух прочитает то, высказывание которое наиболее точно отражает ваше отно­шение к школе и школьной работе. Согласитесь ли вы с мыслью, что уче­ба - это серьезная и трудная работа, требующая значительных усилий. Сейчас мы выслушаем мнение великих людей по этому поводу:  
  
Человек, помоги себе сам. *(Л. Бетховен)*  
  
Нет без явного усиленного трудолюбия ни талантов, ни гениев. *(Д. Менделеев)*  
  
Высшее счастье человека находится на краю его сил. *(И. Ефремов)*Быть человеком — это чувствовать свою ответственность. *(А. Экзю­пери)*  
  
**III. Беседа по теме**  
  
Расскажите о школе, сделайте ей комплимент.  
  
Для чего нужна школа?   
  
Зачем вы сюда приходите?  
  
Какие трудности вы испытываете в школе?  
  
Как вы понимаете слово «трудность»? В основе этого слова лежит сло­во «труд».  
  
Как вы относитесь к слову «преодоление»?  
  
Как вы понимаете слова: терпение, настойчивость, воля?   
  
Можно ли добиться успехов без этих качеств, присущих человеку?  
  
Можно ли прожить без цели?   
  
Какой должна быть цель?  
  
Нужно ли всегда выбирать цель только по силам?  
  
Видите, о каких серьезных вещах мы сегодня говорили. Как вы дума­ете, почему? Да потому, что школа это не только праздник, это большой труд воли, ума, сердца. Прослушайте стихотворение и выскажите свое мнение.

В мире сегодня нельзя не учиться,  
  
Учатся люди, звери и птицы.  
  
Для лодырей школу лесную открыли,  
  
С трудом за парты их посадили.  
  
Мудрый кот ведёт урок,  
  
Смотрит – дремлет бегемот,  
  
Заинька – смеётся,  
  
А верблюд – плюётся.  
  
Удивился старый кот,  
  
Всё у вас наоборот –  
  
Все стремятся много знать,  
  
Вам бы только отдыхать.  
  
Вырос объём информации,  
  
Наступило время компьютеризации.  
  
Вы ж читать и писать не умеете,  
  
Ремеслом никаким не владеете,  
  
Вы же грамоты не знаете,  
  
А сидите и зеваете.  
  
Слушают лодыри, кивают,  
  
Хоть ничего не понимают.  
  
Речь кота совсем проста,  
  
Но для лодырей пуста.  
  
Когда учиться захотят,  
  
Тогда и будет результат.

**IV. Творческая часть:**нарисуйте свою школу, класс или то место в школе, где вам уютно, комфортно, хорошо.  
  
- почему старый кот не понимает лодырей?  
  
- Чему кроме грамоты вы научились в школе?  
  
**V. Анализ ситуации**

Дети в салочки играют.  
  
Они друг друга догоняют.  
  
Ваш приятель побежал,  
  
Поскользнулся и упал.  
  
Ему не очень хорошо,  
  
А окружающим смешно. 

**VI. Игра «Закончи предложение»**  
  
Я люблю свою школу и хочу, чтобы в ней...   
  
**VII. Итог**  
  
Запомни мудрые слова: «Помоги себе сам!»  
  
  
**ТЕМА 20. ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ ПОСЛЕ ШКОЛЫ**  
  
**Занятие 31. Умей организовать свой досуг**  
  
**I. Беседа по теме**  
  
- Когда, в какое время и как долго вы делаете уроки?  
  
- Какие кружки, секции, школы вы посещаете?  
  
- Много ли свободного времени у вас остается?  
  
Вспомните русскую пословицу: «Делу время, а потехе час». Следуете ли вы ей? Как же вы используете те немногие свободные минуты и часы, которые остаются от обязательных занятий?  
  
**II. Стихотворный монтаж**рассказывают дети:

Кто на лавочке сидел  
  
Кто на улицу глядел,  
  
Толя пел,  
  
Борис молчал,  
  
Николай ногой качал  
  
Дело было вечером,  
  
Делать было нечего.  
  
В новом лифте ехал Саша  
  
На тринадцатый этаж,  
  
Вместе с ним на этом лифте   
  
Ехал синий карандаш.  
  
Поднимается кабина   
  
На тринадцатый этаж,  
  
А на стенке той кабины  
  
Что-то пишет карандаш.  
  
Мой весёлый звонкий мяч  
  
Ты куда помчался вскачь?  
  
Красный, жёлтый, голубой,  
  
Не угнаться за тобой!  
  
Я тебя ладонью хлопал.  
  
Ты скакал и громко топал,  
  
Ты пятнадцать раз подряд  
  
Прыгал в угол и назад.  
  
А потом ты покатился  
  
И назад не воротился,  
  
Покатился в огород,  
  
Докатился до ворот,  
  
Покатился под ворота,  
  
Добежал до поворота,  
  
Там попал под колесо,  
  
Хлопнул, лопнул – вот и всё.

- Как используют свободное время герои этих стихотворений?  
  
- Почему свободное время хотят иметь все, но не знают, как им рас­порядиться?  
  
**III. Игра «Давай поговорим»**  
  
- Я хочу иметь много свободного времени. Как вы думаете почему?  
  
*-*Нужно ли вам дополнительное свободное время? Зачем?  
  
- Я не знаю, чем буду заниматься после уроков. А вы?  
  
**IV. Анализ ситуации**  
  
Потешные сказки (по мотивам русского фольклора)  
  
***В трех соснах заблудились***  
  
*Понадобилось Авосю с Небосю в соседний город: вот и отправились они в путь дорогу. Идут-идут, вдруг видят*— *на дороге три сосны стоят. Подошли они к ним и, как в лесу, в трех соснах заблудились: в какую сторону не пойдут, все на дерево натыкаются, никак не могут из сосен выбраться. Плутали они, плутали между соснами и так притомились, что решили до­мой вернуться. Так и не дошли до соседнего города.*  
  
- Почему утомились Авось и Небось?  
  
- Какую работу они выполнили?  
  
**V. Творческая часть :** рисунок «мои увлечения»  
  
**VI. Итог**  
  
Свободное время необходимо каждому, для того чтобы привести в порядок себя и свою одежду, свое рабочее место. В школе наша двига­тельная активность ограничена. Чтобы быть здоровым, после школы сле­дует вести более подвижный образ жизни, но при этом важно помнить правила безопасного поведения и этикет.  
  
  
**ТЕМА 21. ПОВТОРЕНИЕ**  
  
**Занятие 32. Огонек здоровья**  
  
(Урок проходит в форме театрализованной постановки.)  
  
Порядок в классе обеспечивают девочки в костюмах медицинской се­стры, в косынках, с повязками на руках.  
  
Ведущая - девочка в белом халате, шапочке и с фонендоскопом, ис­полняет роль дежурного врача. Дежурный врач открывает вечер.  
  
**Ведущая:**Здравствуйте, дорогие наши пациенты! Говорить друг другу здравствуй — это, значит, желать здоровья. Здравствуйте! Говорят при встре­чах, желая здоровья, так и мы приветствуем вас, дорогие наши гости, Здрав­ствуйте! Ведь наш урок посвящен тому, как быть здоровым, как закалять­ся, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать гигиену, хорошо тру­диться и умело отдыхать. А чтобы было проще воспользоваться нашими советами, начнем наш урок. Позвольте вам представить наших дорогих гостей. Вести программу мне помогут наши медицинские работники — сестра милосердия времен врача Н.И. Пирогова и девушка-медсестра вре­мен Великой Отечественной Войны.  
  
Итак, мы начинаем наш прием. Найдите свой пульс, проверьте его работу (пауза). Пульс правильный, дыхание ровное. А теперь закройте рот, откройте глаза, дышите глубоко и слушайте.  
  
**Первая девочка:**Врачеванием в России в далекую старину занимались знахарки, шаманы, монахи. Эпидемии за эпидемиями уносили сотни и тысячи людей. Так, только в Москве в 1771 году от чумы погибло 56 тыс. человек. Во время бесчисленных войн помощь раненым не оказывалась, и они умирали. Только Пирогов, основатель русской медицины, ввел пра­вило, обязывающее медиков оказывать первую помощь раненым непос­редственно на поле боя.  
  
**Вторая девочка:**Великая Отечественная война является одной из са­мых ярких страниц истории нашей страны. Впервые в истории войн дей­ствующая армия и тыловые госпитали не испытывали недостатка в кадрах среднего и младшего медицинского персонала. В спасении раненых вои­нов принимало участие 451 тыс. сандружинниц. Свыше двух тысяч медсе­стер окружали заботой и лаской раненых и больных воинов, содействова­ли в деле возвращения солдат и офицеров в строй. В строй возвратились 72 процента раненых и больных воинов.  
  
(Дети показывают номера художественной самодеятельности. В класс входят Гиппократ с богиней здоровья — Гигией.)  
  
**Гиппократ:**Простите, это начальная школа № 15? Здесь учатся быть здо­ровыми ребята из третьего класса?  
  
**Ведущая:**Да.  
  
**Гиппократ:**Дело в том, что наш общий друг Айболит посоветовал по­бывать у вас на уроке, который организует санитарный актив вашей школы.  
  
**Ведущая:**Вы пришли очень кстати, позвольте назвать вас Гиппократом.  
  
**Гиппократ:**Благодарю вас. Моя спутница - дочь греческого мифо­логического бога врачевания Эскулапа - Гигия - богиня здоровья.  
  
**Гигия:**Отсюда и гигиена - наука о здоровье. Мы пришли к вам из глубокой истории. Так, очень давно, с 467 по 577 годы нашей эры жил выдающийся древнегреческий врач Гиппократ.  
  
**Гиппократ:**Очень многие мои мысли лежат в основе современной ме­дицины. Правда, в настоящее время современная медицина ушла далеко вперед, излечиваются болезни, ранее считавшиеся смертельными, уже пересаживают сердце одного человека к другому. Поэтому можно наде­яться, что со временем не будет равнодушных, бессердечных людей.  
  
**Гигия:**Вашему вниманию мы представляем викторину.  
  
**Гиппократ:**(обращаясь к Гигии) — непременно запишите фамилию победителя.  
  
(Викторина проходит с помощью ведущего, вопросы задаются пооче­редно Гиппакратом и Гигией.)  
  
**Вопросы:**  
  
Знаком ли кашель эскимосам? *(Нет, для бацилл за полярным кругом слишком холодно.)*  
  
Кто родной брат кашля? *(Насморк.)*  
  
Какой орган позволяет человеку чувствовать запах хлеба, цветов, ду­хов? *(Нос.)*  
  
Кто назвал себя певцом кипяченым и ярым врагом воды сырой? *(Ма­яковский в поэме «Во весь рост».)*  
  
Является ли застенчивость болезнью? *(Нет, но если человек не будет работать над собой, это может перейти в болезненное состояние.)*  
  
Когда человек выше ростом - утром или вечером? *(Утром, рост чело­века меняется за счет сжатия хрящевых прослоек между позвонками.)*  
  
Бежит белая собака за серой кошкой, кто больше вспотеет? *(Ни у кош­ки, ни у собаки нет потовых желез.)*  
  
Чьи слова: «Здоровью моему полезен зимний холод»? *(Стихотворе­ние Пушкина А. С. «Осень».)*  
  
Назовите отечественных ученых, чьи жизни тесно связанны с медици­ной? *(И.И. Пирогов, С. П. Боткин, М.И. Мечников, ИМ. Сеченов, В. П. Филатов, И. П. Павлов.)*  
  
**Гиппократ:**Пока гости определяют победителей, послушайте народ­ные пословицы о здоровье:  
  
В здоровом теле, здоровый дух.  
  
Лет до ста расти нам без старости.  
  
Здоровье всему голова.  
  
Здоровье дороже золота.  
  
Ум да здоровье всего дороже.  
  
**Гиппократ (вынимает из своей дорожной сумки почетные часы, смот­рит на них и произносит):**Наше время истекает. В память о нашей встрече мы оставляем благотворное масло, которое вы будите подливать в огонь вашей работы. (Гиппократ вынимает из дорожной сумки большую бу­тылку и передает медсестре.)  
  
**Гигия:**Я оставляю вам, ребята, рецепты здоровья. Если будите выпол­нять все, что написано, проживете 100 лет (передает рецепты сестрам, ко­торые раскладывают их по столам).  
  
**Гигия:**Вы еще можете с нами встретиться на страницах увлекательных и интересных книг.  
  
Гиппократ подает руку Гигии, прощается с ребятами и уходит.  
  
**Гиппократ (возвращается):**Простите, еще один вопрос: когда вы бу­дите проводить следующий «урок здоровья»? (Уходит.)  
  
**Ведущая:**Мы закрываем последнюю страницу, до свидания, до новых встреч. Пройдет немного времени, и кто знает, может быть, вы смените школьную форму на белый халат медсестры или станете студентами ме­динститута. Желаем успеха в учебе, доброго здоровья!  
  
  
**Занятие 33. Путешествие в страну здоровья**  
  
Мы отправляемся в путешествие. На каждой остановке проведем кон­курс на лучшее знание правил здорового образа жизни и умения их вы­полнять.  
  
**1 станция «Мойдодыр» (выполнение личной гигиены)**  
  
1. Что возьмешь с собой в баню? Выбери.  
  
На столике лежат: чистые майка, трусы, полотенце; губка, мыло, зуб­ная паста, щетка, одеколон, бинт, иголка, нитка, ножницы, стакан.  
  
2. Вымой правильно руки. Мыло, полотенце, рукомойник.  
  
3. Покажите, как вы умеете чистить зубы.  
  
Зубная щетка, порошок, паста, стакан, футляр для щетки.  
  
4. Выстирай носовой платок.  
  
Мыло, вода. (Время и качество учитывается.)  
  
5. Подстриги ногти. Ножницы.  
  
6. Вымой ноги.  
  
Таз, вода, мыло, мочалка, полотенце.  
  
7. Назови правила ухода за кожей.  
  
**2 станция «Неотложка» (оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях)**  
  
1. Окажи помощь при вывихе в голеностопном суставе. (Тугая по­вязка.)  
  
2. Окажи помощь при порезе стопы.  
  
3. Окажи помощь при порезе пальцев рук.  
  
4. Окажи помощь при колотой ране стопы.  
  
5. Останови носовое кровотечение.  
  
6. Чем отличается тепловой удар от солнечного?  
  
7. Окажи помощь при ушибе колена.  
  
8. Наложи жгут при артериальном кровотечении предплечья.  
  
**3 станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний)**  
  
1. Твоего товарища тошнит и рвет, что будешь делать? *(Сказать врачу или медсестре. Вызвать врача. Пока их нет, заставить товари­ща выпить два литра кипяченой воды, лучше, если в ней будет ра­створен кристалл марганца.)*  
  
2. Сколько значений имеет слово «туалет»? *(Туалет-уборная, туа­лет раны, туалет-наряд, туалет — мытье рук.)*  
  
3. Как бактерии дизентерии попадают человеку от больного? *(Со­держатся в кишечнике, с калом попадают на белье, руки. Если руки не мыть после туалета, то бактерии попадают на продукты, на одежду, ручки дверей, могут с фекалиями при удобрении огородов попасть на овощи и фрукты; со сточными водами, при стирке белья в реку; через мух на продуктах.)*  
  
4. Перечислить меры профилактики кишечных инфекций.  
  
5. К каким болезням могут привести грязные руки?  
  
**4 станция «Опрятность» (уход за одеждой)**  
  
1. Быстро выгладить галстук. *(Намочить весь в воде, затем выгла­дить.)*  
  
2. Выстирай носки. *(Стираются с двух сторон.)*  
  
3. Чем отличается уход за нательным бельем от ухода за верхней одеждой? *(Нательное белье меняют каждый день, стирают. Верх­нюю одежду чистят по мере необходимости.)*  
  
4. Уход за волосами. *(Ежедневно расчесывать не менее двух раз, на ночь — массажной щеткой. Мыть не реже одного раза в неделю. Не пользоваться чужой расческой, косынкой, лентой, шапочкой. При по­явлении перхоти обратиться к врачу.)*  
  
*5.*Правила ухода за обувью. *(Показать, как следует чистить кожа­ную обувь.)*  
  
*6.*Правила ухода за верхней одеждой. *(Почистить брюки.)*  
  
**5 станция «Долой грязь» (гигиена жилища, правила уборки поме­щения)**  
  
1. Подмети пол. *(Веник, ведро с водой, совок.)*  
  
2. Вымой полы. *(Ведро, тряпка. Сначала смачивают, трут, затем смывают и вытирают. Если надо, перед мытьем подметают.)*  
  
3. Как быстро проветрить комнату? *(Сквозное проветривание.)*  
  
4. Как убирать комнату больного человека? *(Только влажным способом с добавлением специальных средств, при открытой фор­точке.)*  
  
***6*станция «За столом, или приятного аппетита» (гигиена питания, сервировка стола, правила поведения за столом)**  
  
1. Из имеющихся продуктов составь меню завтрака. (Мясо, молоко, каша, яйца, колбаса, гарниры 2-3, масло, варенье, хлеб белый, черный, пирожное, сок.)  
  
2. Сервируй правильно стол для обеда. (Столовая посуда.)  
  
3. Приготовь полдник. (Кефир, молоко, компот, чай, кисель, пи­рожное, котлета, хлеб, печенье, вафли, яйцо, масло и т.д.)  
  
4. Вымой после себя посуду. (Раковина с проточной водой, мочал­ка, мыло, сода, сушилка для посуды, полотенце.)  
  
5. Сколько молока надо тебе выпивать в день и почему? *(0,5лит­ра, т.к. в этом количестве содержится суточная норма солей каль­ция.)*  
  
*6.*Как правильно питаться?  
  
7. Как вести себя за столом во время еды?  
  
**7 станция «Закаляйся как сталь» (закаливание организма, правила пользования солнцем, воздухом, водой)**  
  
1. Что возьмешь с собой на пляж? Выбери. (Коврик или небольшое одеяло, шляпу от солнца, книгу, мяч, завтрак, воду, аптечку, круж­ку, зеркало, телепрограмму, цветы и т.д.)  
  
2. Придумай комплекс для утренней зарядки из 5 упражнений. (Палка, гантели, мяч, скакалки, бадминтон, шахматы.)  
  
3. Покажи, как надо начинать закаливание водой.  
  
4. Когда воздух может стать вредным для здоровья? *(Когда содер­жит дым от папирос, от грязного белья, много влаги или наоборот сильно сухой, когда в нем есть вредные вещества от котельной, от газовых плит, промышленных предприятий, содержит пыль.)*  
  
5. В каких случаях солнце друг, а в каких враг?  
  
6. Значение свежего воздуха для человека?  
  
**8 станция «В походе» (гигиенические требования и навыки поход­ной жизни)**  
  
1. Сложи эти вещи в рюкзак. (Одеяло, спальный мешок, котел, круж­ка, ложка, фляга, миска, ведро, свитер, шляпа, мыло, зубная щет­ка, паста, аптечка, мяч, бадминтон, фонарь и т.д.)  
  
2. Оденься для турпохода. (Кеды, брюки, рубашка, носки теплее, туфли, ботинки, платье, шорты и т.д.)  
  
3. Собери правильно походную аптечку. (Йод, нашатырный спирт, марганцево-кислый калий, бинты, вата, жгут, касторка, хлористый кальций, желудочный сок, аптечная ромашка, валерьянка, шприц, порошки, таблетки и т.д.)  
  
4. Как следует поступать, если ты в походе увидишь змею? *(Зашу­меть, затопать - змея уползет.)*  
  
5. Что дает туризм человеку?  
  
6. Какие правила гигиены должен соблюдать юный турист в походе?  
  
7. Какие несчастные случаи могут произойти во время похода? Какую помощь нужно оказать?  
  
**9 станция «В лесу» (знание лекарственных растений, овощей, ягод, грибов)**  
  
1. Из каких растений приготовлены эти лекарства: валерьяновые капли, настойка ландыша, алоэ, настойка календулы, пиперазин?  
  
2. Эти рисунки грибов разложи на съедобные и несъедобные. (При­готовить рисунки.)  
  
3. Какие знаете съедобные и несъедобные ягоды? Первая помощь при пищевом отравлении.  
  
4. Первая помощь при отравлении грибами.  
  
5. Отберите продукты, содержащие витамины С, А, В.  
  
6. Назовите 4 случая пользы березы. *(Лечит, служит для приготов­ления веников и лучин, листья поглощают шум, чистоту соблюдает, крик утишает, мир освещает.)*  
  
7. Что это за трава, которую и слепые знают? *(Крапива.)*  
  
8. Чем отличается воздух леса от воздуха в поле? *(Температура ниже летом на 3,5 градуса, меньше пыли, влажность выше на 4 %. Расте­ния выделяют фитонциды, меньше углекислого газа, меньше микро­бов в 100 раз, солнечных лучей меньше в*5—*14 раз.)*  
  
9. Какое значение имеет для здоровья озеленение?  
  
10. Назвать жуков-санитаров. *(Жук навозник и жук мертвоед.)*  
  
11. Когда укусы насекомых приносят пользу? *(Укусами пчел и му­равьев пользуются в странах Африки как противоцинготными при­вивками.)*  
  
**10 станция «Будь внимателен и осторожен» (поведение на террито­рии, улице, соблюдение правил уличного движения)**  
  
1. Что такое ПДД? *(Правила дорожного движения.)*  
  
2. Покажите, на каком расстоянии от бровки тротуара должен ехать велосипедист?  
  
3. Как следует перейти улицу или железнодорожное полотно?  
  
5. Если увидишь на проезжей части улицы полосатую дорожку (как зебра), что это означает?  
  
6. Какие сигналы светофора ты знаешь и каково их значение для пешехода?  
  
**11 станция «Все сумею, все успею сделать»**  
  
1. Выжми половую тряпку.  
  
2. Очистить картофель. (Кастрюля с водой и обычные ножи.)  
  
3. Застели кровать куклы. (Должна обязательно вытряхиваться про­стынка. Учитывается время.)  
  
4. Заштопай дыру в носке.  
  
5. Накрой стол.   
  
***Примечание:****Каждая станция соответственно должна быть оборудована.*  
  
  
**Занятие 34. Культура здорового образа жизни (урок-соревнование)**  
  
**Ведущий:**Дорогие участники игры, члены жюри, зрители! Напоми­наем правила нашей игры. Мы задаем вопросы, а от вас ждем правильных ответов. Каждый правильный ответ оценивается в 5 очков. Победителей ждут призы.  
  
***1 тур***