**Беседа с элементами игры «Личная гигиена школьника**»

**Цель:** - Показать важность и необходимость соблюдения правил личной гигиены.

**Задачи:**

**Образовательные:** - продолжать учить осознанно подходить к своему здоровью

- уточнить значимость соблюдения правил личной гигиены для ценности здоровья.

- закрепить представление о составляющих здоровья, здорового образа жизни на основе познавательной деятельности.

**Коррекционно-развивающие:** - развивать познавательный интерес, мыслительную активность.

- формировать потребность в здоровом образе жизни.

- активизировать познавательную деятельность воспитанников, их интеллект, память, внимание, слух.

- вырабатывать у детей чувство уверенности во время выступления.

**Воспитательные:** - воспитывать желание заботиться о своём здоровье, стремление вести здоровый образ жизни.

- воспитывать интерес к своему организму, здоровью, внешнему виду.

- воспитывать активную жизненную позицию, ответственное отношение к своему здоровью, позитивное отношение к ЗОЖ.

Активизация словаря: здоровый образ жизни, предметы личной гигиены.

Материалы и оборудование: чудесный

мешочек с предметами личной гигиены.

раздаточный материал: карточки с заданиям.

План занятия.

1 Организационный момент.

2 Сообщение темы занятия.

3 Игра «Чудесный мешочек».

4 Беседа о личной гигиене.

5 Самостоятельная работа.

6 Итог занятия.

Ход занятия:

- Здравствуйте, дорогие ребята! Говорить друг другу ЗДРАВСТВУЙ – это, значит, желать здоровья.

Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Здоровье не купишь за деньги. А как вы думаете , что

значит – быть здоровым? (ответы детей). Сегодня мы с вами поговорим о том, как помочь нашему

организму и никогда не болеть. Давайте с вами поиграем в игру.

Отвечайте дружно хором «Это я!», если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не

шумите:

кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? +

кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым? –

кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? +

кто мороза не боится, на коньках летит, как птица? +

ну а кто начнет обед жвачкой с парою конфет? –

кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны? +

кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки? +

кот из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? –

кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку? +

кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать? +

- Ребята, когда я к вам шла на занятие, встретила странного мальчика, он был весь грязный,

неопрятный и передал вам письмо, давайте его прочитаем

Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо

Это глупое занятие не приводит ни к чему,

Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо

Так зачем же тратить силы,

Время попусту идет.

Угадайте, как звали этого мальчика, вы с ним согласны? (грязнуля, *Неряха.)*  
– Правильно. Что надо делать, чтобы не стать похожим на этого мальчика? *(Мыть руки, умываться, мыться, чистить и стирать одежду, расчесываться.)*  
– Молодцы! Именно о правилах личной гигиены мы будем говорить сегодня с вами.  
– Как вы думаете, что такое «личная гигиена»?

**Дидактическая игра «Чудесный мешочек»**

В моем волшебном мешочке собраны предметы , помогающие нам сохранить свое здоровье! А

чтобы узнать что там за предметы, давайте отгадаем загадки и расскажем, для чего они

предназначены и как ими пользоваться! Я вам загадываю загадки, а вам нужно будет догадаться,

что лежит в мешочке!

- Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Скажите, сколько раз в день вы должны мыть руки?( перед едой, после прогулки и посещения туалета)

- Зубов много,

А ничего не ест. (Расческа)

А кто ещё может пользоваться твоей расческой?

- Хвостик из кости,

На спинке – щетинка.

Эта вещь поможет нам

Чистить брюки и кофту. (Щетка)

- Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

Сколько раз нужно чистить зубы?( 2 раза, утром и вечером)

- И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (Зеркало)

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка. (Полотенце)

Сколько раз в неделю мы должны купаться! (каждый день принимать душ и один раз в неделю мыться в бане)

Лёг в карман и караулю –

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

- Не забуду и про нос. (Носовой платок)

Если руки наши в ваксе,

Если на нос сели кляксы,

Кто тогда нам первый друг,

Снимет грязь с лица и рук?

Без чего не может мама

Ни готовить, ни стирать,

Без чего, мы скажем прямо,

Человеку умирать?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли -

Жить нельзя нам без...

(Воды).

- Ребята, как вы думаете, можно ли заболеть от несоблюдения личной гигиены? Нас повсюду окружают микробы.

Что такое личная гигиена? ( Личная гигиена - это уход за кожей, уход за полостью рта, в частности за зубами, содержание     одежды и обуви в чистоте, поддержание  порядка в доме.) ежедневно умываться, чистить зубы утром и перед сном, часто принимать душ и один раз в неделю мыться в бане.

Вода для нашего тела – первый друг.

физминутка

Грязь и неряшливость в одежде – это

пренебрежение к своему здоровью. Грязнулями бывают, как правило, ленивы люди. Ленивые

школьники плохо учатся, не любят чисто писать в тетрадях, скучают на уроках, не читают книги.

Они не любят трудиться, помогать родителям в домашних делах.. Давайте послушаем

стихотворение про такого мальчика и может кто - нибудь узнает в нем себя..

Если б мыло приходило

По утрам ко мне в кровать

И само бы меня мыло,

Хорошо бы это было!

Если б книжки и тетрадки

Научились быть в порядке,

Знали все свои места –

Вот была бы красота!

Вот бы жизнь тогда настала!

Знай, гуляй, да отдыхай!

Тут и мама б перестала

Говорить, что я лентяй!

Ребята, о чем мечтал Петя?

Мечтаете ли вы об этом?

**ФИЗМИНУТКА**

**Дидактическая игра «Правильный совет»**

Вам, мальчишки и девчушки,

Приготовила стишки я.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Говорите: нет, нет, нет.

Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем невкусный,

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

НЕТ, НЕТ, НЕТ

Чтобы блеск зубам придать,

Нужно крем сапожный взять.

Выдавить полтюбика

И почистить зубики.

Это правильный совет?

НЕТ, НЕТ, НЕТ!

Ох, неловкая Людмила,

На пол щетку уронила,

С пола щетку поднимает,

Чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный ответ –

Молодчина Люда? НЕТ!

Навсегда запомните,

Милые друзья,

Не почистив зубы,

Спать идти нельзя.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили

И идете спать.

Захватите булочку сладкую в кровать!

Это правильный совет НЕТ, НЕТ, НЕТ!

**Итог: Молодцы, а теперь давайте постараемся составить правила личной гигиены:**

**- мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.**

**- чистить зубы 2 раза в день.**

**-умываться, принимать ванну (душ),один раз в неделю посещать баню.**

**- ежедневно расчёсывать волосы.**

**- приводить в порядок свою одежду и обувь.**

**- носить в кармане носовой платок.**

**-закаляться, заниматься физкультурой, ежедневно делать зарядку.**

**Вы сегодня отлично занимались. Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же делать это чаще.**