Краевое государственное казенное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Лесозаводская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат»

**Урок по социально – бытовой ориентировки**

**8 класс**

**Тема: Кожа -** **надежная защита организма**

 Учитель: Потапова Мария Михайловна

**Задачи:** познакомить с понятием «кожа» и ее функциями; прививать гигиенические навыки по уходу за кожей; развивать связную речь на примере составления правил гигиены.

**Оборудование:** лупа; схематический рисунок, изобра­жающий строение кожи; правила гигиены; слова-опоры.

**Ход урока**

**I. Организационный момент.**

- Распределите картинки с режимными моментами в нужной последовательности.

**II. Повторение изученного и введение в тему урока.**

- От кого мы получили письмо на прошлом уроке?

- Что означает имя «Мойдодыр»?

- Вспомните и повторите правила Мойдодыра.

- Что вы делаете после уроков в школе?

- Когда вы завтракаете? Обедаете? Ужинаете?

- В котором часу вы ложитесь спать? А просыпаетесь?

- Для чего надо соблюдать режим дня? *Ответы детей.*

*-* Вы хорошо усвоили наш предыдущий урок. А сейчас по­смотрите на свои руки, лицо и скажите, чем покрыто ваше тело. *(Кожей.)*

*-* Сегодня мы будем говорить о нашем теле, в частности о коже. Вы научитесь ухаживать за своей кожей, познакомитесь с тем, какими могут быть повреждения кожи и как правильн поступать в таких случаях.

**III. Изучение нового материала.**

Рассматривание кожи.

- Сейчас мы рассмотрим кожу. Все ли ваше тело покрыто кожей? *(Да.)*

*-* Кожа равномерно покрывает все тело, но это не просто оболочка, а сложный орган с многими функциями (видами р бот). Давайте проведем небольшое исследование.

Посмотрите на кожу на своей руке. Потрогайте ее. Что можете о ней сказать? *(Гладкая, мягкая.)*

-.Возьмите лупу и рассмотрите кожу на кончиках пальцев. Что вы видите? *(Кружочки. Полосочки.)*

*-* Рассмотрите кожу на руке. Что вы видите? *(Волоски. От­верстия.)* Как вы думаете, для чего эти отверстия? *(Через эти отверстия наша кожа дышит.)*

- Волоски - это тоже часть кожи. Какого цвета кожа? *(Блед­но-розового.)*

- Когда вам жарко или вы побегали на прогулке, что вы ощущаете? *(Становимся потными, мокрыми.)*

Рассказ учителя о коже.

- Кожа покрывает все наше тело. Она надежно предохраняет внутренние органы от повреждений, принимая на себя толчки и удары, царапины и ожоги. Кожа бережет нас от жары и холода. А еще помогает нам дышать. Через ее поры (дырочки) в орга­низм попадает свежий воздух. В коже заложено много крохот­ных потовых железок, выделяющих капли пота. Эти железки выносят из нашего организма многие вредные отходы. А другие крохотные железки - сальные - выделяют жир. Покрывая кожу тонкой непроницаемой пленкой, этот жир закрывает отверстия пор и преграждает путь всяким микробам. Кожа все время сообщает нам, что происходит с телом. Если вы замерзли, то на коже появляются пупырышки, она говорит нам, что холодно. Вели коже жарко, то она тут же сообщает нам о том, что жарко, и мы начинаем потеть. Если вы нечаянно порезались, что вы ощущаете? Правильно, боль. Это кожа говорит нам о том, что у нас есть ранка.

Посмотрите еще раз на свою кожу. Какого она цвета? *(От­петы детей.)*

*-* Цвет кожи зависит от красящего вещества, находящегося и клетках. У одних людей кожа светлая, у других - более темная. Не у всех людей цвет кожи меняется в зависимости от времени года: зимой кожа светлее, а летом на солнце она темнеет. И чем больше вы находитесь на солнце, тем темнее она становится.

Кожа состоит из трех отделов: первый слой сверху - *наруж­ная оболочка,* которая предохраняет нашу кожу от повреждений. В ней находятся поры, через которые кожа дышит.

Второй слой - сама кожа. В ней находятся специальные сальные железки, которые смазывают кожу, от чего она делается мягкой. В коже расположены кровеносные сосуды (капилляры) и нервы. Поэтому кожа очень чувствительна к холоду, теплу и боли. На коже растут волосы. Итак, второй слой - это *сама*

*кожа.*

Третий слой - это *подкожный жир.* Он предохраняет кожу

от ушибов и сохраняет тепло.

- Итак, из скольких отделов состоит наша кожа? Перечисли­те их. *(Ответы детей.)*

- Кожа является внешним покровом тела человека. Она за­щищает наш организм от вредных воздействий окружающей среды. А что предохраняет саму кожу от повреждений? *(На­ружная оболочка.)*

Беседа об уходе за кожей.

- Что происходит с кожей, когда нам очень жарко или мы активно подвигались? *(Мы потеем.)*

- Вместе с потом из организма человека выделяется большое количество вредных веществ. Когда на коже скапливается много жира и пота, то к ним прилипает пыль. Значит, кожа становится

какой? *(Грязной.)*

- Если не следить за чистотой кожи, то могут возникну кожные заболевания. Поэтому кожу надо содержать в чистоте.

Как вы понимаете выражение «содержать в чистоте»? *(На*

*мыться.)*

*-* Правильно. Главный способ ухода за кожей - мытье. Мыть тело надо 1-2 раза в неделю. Обязательно каждый день н мыть лицо, руки, ноги, шею.

А вы знаете, как надо правильно умываться? *(Нет.)*

- Нельзя все время умываться очень теплой водой, потому что от этого кожа становится вялой. Умываться надо то холод­ной, то горячей водой. После умывания тщательно вытирать ли­цо, руки, шею. Если вы не будете тщательно вытираться, то ко­жа будет обветриваться, трескаться и шелушиться.

- Расскажите о том, как надо следить за кожей. Сколько раз в неделю надо мыться? *(Мыться надо 1-2 раза в неделю.)*

- Что обязательно надо мыть постоянно? *(Лицо, руки, шею,*

*ноги.)*

- Какой водой надо умываться? *(Холодной, горячей.)*

*-* Для чего надо умываться, то холодной, то горячей водой? *(Чтобы кожа не была вялой.)*

- Что необходимо делать после умывания? *(Вытираться на­сухо полотенцем.)*

Физкультминутка

Руки в стороны - назад,

Мы свели лопатки.

Мы походим на носках,

А потом на пятках.

Пойдем мягко, как лисята,

И как мишка косолапый,

И как заинька-трусишка,

И как серый волк-волчишка.

Вот свернулся еж в клубок,

Потому что он продрог.

Лучик ежика коснулся -

Ежик сладко потянулся.

Беседа о первой помощи при повреждениях кожи.

- Ребята, кожу не только надо мыть и следить за ней, но и уметь защищать ее. Какие повреждения кожи вы знаете? *(Ранки. Царапины.)*

- Верно, повреждения кожи бывают разными. Одни поверх­ностные - царапины, ссадины, порезы, другие - глубокие. Если рана небольшая, то кожу вокруг ранки необходимо смазать йо­дом или зеленкой, для того чтобы туда не проникли микробы. Затем перевязать чистым бинтом. Если же рана глубокая, то на­до обратиться за помощью к врачу.

- Кто из вас знает, как нужно поступать, если вы ушиблись? *(Надо сразу же приложить к месту ушиба что-нибудь хо­лодное.)*

*-* Кто-нибудь из вас обжигал руку, палец?

Самое главное, .запомните: если вы нечаянно обожглись, то нужно место, которое обожгли, полить большим количеством, холодной воды (подставить под кран). А затем обратиться к вра­чу за помощью.

Теперь вы узнали, как оказывать первую помощь себе и другим. И если произойдет какой-то несчастный случай, вы знает' как поступить.

**IV.** **Закрепление изученного.**

Задание.

- У вас на партах лежат карточки со словами. Прочтите Распределите карточки с названиями слоев кожи в нужной последовательности.

*Проверка выполненного задания: 1) наружная оболочка 2) сама кожа; 3) подкожный жир.*

*-* Для чего служит наружная оболочка? *(Предохраняет к от повреждений.)*

*-* Какие повреждения кожи вы знаете? *(Раны, ушибы, ожёги)*

- Какие бывают раны? *(Поверхностные, глубокие.)*

*-* Что нужно сделать, если вы получили поверхностно ну? *(Обработать кожу вокруг ранки йодом и забинтованным бинтом.)*

- Как вы поступите в том случае, если получите глубокую рану? *(Обратимся к врачу.)*

Прочтите и дополните рассказ.

Кожа - состоит из ... слоев. Первый слой называется....... Он предохраняет нас от ... . Второй слой -.......Третий слой - .......Он предохраняет кожу от ... и.......За кожей надо сле­дить: ......, ..., ..., .... Умываться надо, то ..., то ... водой, что­бы кожа не была ... .Если нечаянно поранился, то кожу вокруг ранки надо......и..........Если рана глубокая надо..........

Слова для справок: *трех; подкожная оболочка; по­вреждений; кожа; подкожный жир; ушибов, сохраняет тепло; мыть руки, лицо, шею, ноги; холодной, горячей, вялой; смазать йодом, забинтовать чистым бинтом; обратиться к врачу.*

**V. Подведение итогов.**

*-* Что это? *(Кожа.)* Схему чего я вам показываю? *(Вы пока­зываете схематический рисунок кожи.)*

- Прикоснитесь к своей коже. Вы прикасаетесь к чему? *(К колее.)* Можно поранить что? *(Кожу.)*

- Нужно следить за чем? *(За кожей.)*

- Мы говорили о чем? *(О коже.)*