Занятие клубного часа

по теме «Чистота – залог здоровья».

для учащихся 1- 2 классов

Разработала

Белобородова Валентина Алексеевна,

воспитатель в группе продленного дня

ОКУ ГС(К)ОУ «С(К)ОШ № 6 VIII вида

г. Саратова»

**Цель.** Учить детей основным правилам личной гигиены; расширять кругозор детей о предметах личной гигиены, чистоте и аккуратности.

**Задачи.** Формировать навыков здорового образа жизни, развивать гигиенические навыки: мытьё рук, чистка зубов, еженедельное купание.

Развивать воображение, фантазию, внимание, сообразительность.

Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи.

Создавать положительный эмоциональный настрой.

**Методы, приемы:**игровой, наглядный, практический, словесный, художественное слово.

**Оборудование.** Плакат, картинки, предметы личной гигиены, «Мойдодыр» (фигура из картона).

Ход занятия.

Ребята, сегодня мы с вами проведем занятие клубного часа из цикла «Здоровый образ жизни», которое будет посвящено правилам личной гигиены.

Вы, наверное, слышали выражение «Чистота – лучшая красота», «Чистота – залог здоровья!». Так вот чистота является одним из правил гигиены. Это чистота рук, ног, тела, головы. Наше занятие так и называется «Чистота – залог здоровья».

Каждый из вас должен соблюдать правила личной гигиены. Ребята, а вы знаете эти правила?

(Ответы детей).

Давайте еще раз их повторим.

1. Ежедневно, проснувшись, сделать зарядку, умыть лицо, помыть уши, шею, почистить зубы.
2. Перед сном, прежде чем лечь спать также надо умыться, помыть руки и ноги, почистить зубы.
3. Всегда мыть руки с мылом перед едой, после выполнения любой работы, а также после посещения туалета. Руки надо вытереть насухо полотенцем.

Ребята, а как вы думаете, зачем так часто мыть руки?

(ответы детей)

Правильно. Это необходимо потому, что на руках находится очень много микробов, которых мы не видим. Эти микробы очень вредные для нашего здоровья. И поэтому мытье рук и является борьбой с этими вредными микробами.

И, конечно же нельзя забывать о мытье всего тела и головы. Это надо делать хотя бы раз в неделю.

Ребята, сегодня к нам на занятие пришел Мойдодыр. Знаете его? Но он пришел не один, а со своими помощниками. А вот что же это за помощники вы узнаете, отгадав загадки, которые Мойдодыр приготовил для вас.

Итак приготовились – первая загадка:

**Гладко и душисто вымоет чисто. (Мыло)**

Правильно, ребята, мыло, оно то и является одним из главных помощников в борьбе с вредными микробами.

Вторая загадка.

**Костяная спинка, жесткая щетинка с мягкой пастой дружит. Нам усердно служит.  (Зубная щетка)**

Правильно, это зубная щетка. У каждого из вас должна быть своя личная зубная щетка. Для чего она служит?

(ответы детей)

С помощью зубной щетки вычищают остатки пищи после еды, а также счищать вредный для зубов налет.

В давние времена, когда еще не было зубных щеток, люди тоже чистили зубы, но тогда они для этого использовали небольшие веточки, один конец которой разжевывали и получалась подобие кисточки и ей чистили зубы. А сейчас существуют специальные зубные щетки.

Ребята, а что нам нужно для чистки зубов кроме зубной щетки?

(ответы детей)

**Я не сахар, не мука,  
Но похож на них слегка.  
По утрам всегда я   
На зубы попадаю. (Зубной порошок).**

Правильно – зубной порошок.

Следующая загадка.

**Вы меня намыльте смело , сразу я возьмусь за дело. Руки, ноги, тело тру, грязь любую ототру. (Мочалка)**

Молодцы. С помощью мочалки мы моем тело, оттираем наиболее загрязненные места, например, как сказано в загадке, коленки и локти.

Послушайте, ребята, следующую загадку

**После бани помогаю, промокаю, вытираю. Пушистое, махровое, чистое, новое. (Полотенце)**

Да, это полотенце. Что мы им делаем?

(ответы детей)

А вот и еще одна загадка.

**Целых двадцать пять зубков для кудрей и хохолков, и под каждым под зубком**

**Лягут волосы рядком.  
(Расческа)**

Ребята, а для чего служит расческа?

(ответы детей)

Вы правы, расческа служит для того, чтобы расчесывать волосы, чтобы выглядеть опрятными. Расческа должна быть у каждого своя, как и зубная щетка.

**Чтобы чистым быть всегда, людям всем нужна (вода)**

**Я и туча и туман, и ручей и океан. И летаю и бегу, и стеклянной быть могу. (Вода)**

Конечно, же вода. Без воды мы не сможем ни умыться, ни почистить зубы.

Молодцы, отгадали все загадки Мойдодыра.

Ребята, а какой еще предмет личной гигиены мы с вами не назвали. (ответы детей) Носовой платок. Он должен быть у каждого, вы должны его иметь всегда при себе. А для чего используют носовой платок?

(ответы детей)

**Я в кармане караулю реву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез не забуду и про нос. (Носовой платок)**

Им вытирают нос, рот. Если вдруг у кого-то из нас насморк, его также необходимо использовать – закрывать нос при чихании, кашле, что не заразить окружающих людей.

А сейчас мы проведем физминутку

**Физминутка**.

**Закаляемся**

***Я утром закаляюсь,* (Движения хлопанья по воде.) *Водичкой обливаюсь.* (Движения набрасывания на себя воды.) *Пусть тельце будет красненьким,* (Поглаживание рук.) *А ротик пусть зубастеньким.* (Улыбнуться.) *Пусть ручки будут чистыми,* (Имитация намыливания рук.) *А ножки будут быстрыми.*  (Бег на месте.)**

Ребята, послушайте отрывок стихотворения К.Чуковского «Мойдодыр».

**Да здравствует мыло душистое,**

**И полотенце пушистое,**

**И зубной порошок,**

**И густой гребешок!**

**Давайте же мыться, плескаться,**

**Купаться, нырять, кувыркаться**

**В ушате, в корыте, в лохани,**

**В реке, в ручейке, в океане, -**

**И в ванне, и в бане,**

**Всегда и везде -**

**Вечная слава воде!**

(вопросы по тексту)

А теперь мы с вами немного поиграем. (На столе разложены различные предметы, среди которых средства гигиены). Пусть выдут два игрока. Ваша задача выбрать предметы личной гигиены, пока звучит музыка. Кто больше возьмет предметов, тот и выиграл. Занятие понятно. Начали! (Игра проводится 2-3 раза, перед игрой менять предмет местами).

Ну и в заключении нашего занятия давайте вспомним чему оно было посвящено.?

(ответы детей)

Давайте еще раз повторим правила личной гигиены:

- умываться и чистить зубы утром и вечером,

- мыть руки перед едой, после посещения туалета, после игры и прогулок,

- всегда иметь при себе носовой платок,

Что мы с вами делали?

(ответы детей)

Ребята, вы что-то нового узнали для себя?

Я надеюсь, если кто-то из вас и не соблюдал правила лично гигиены, теперь обязательно будет это делать. Правильно, ребята? (ответы детей).

Все ребята, хорошо работали на занятии. Молодцы!

Вам понравилось наше занятие?

(ответы детей)

На этом разрешите закончить. Всем спасибо!