***МКОУ «Алданский детский дом»***

***Группа «Улыбка»***

*План-конспект развивающего занятия на тему*

***«Кожа и уход за ней»***

***Мастер - класс***

***Тема:* «Кожа и уход за ней» (3-4 классы)**

***Направление:* Охрана здоровья**

***Урок составлен*** воспитателем группы «Улыбка» Морозовой Н.А.

***Цель:***формировать у младших школьников стремление к здоровому образу жизни*.*

***Задачи:***

1. Познакомить детей со строением кожи и ее основными функциями.
2. Дать представление об основных способах ухода за своим телом.
3. Воспитывать стремление к сохранению своего здоровья.
4. Развивать логическое мышление детей.
5. Способствовать развитию связной речи детей.

***Оборудование:***  лупа, зеркальце, жетоны, фрагмент из м/ф «Мойдодыр».

***План урока****:*

1. Организационный момент (5-7 мин.)
2. Повторение изученного учебного материала (5-7 мин.)
3. Изучение нового учебного материала (20 мин.)
4. Закрепление изученного (10 мин.)
5. Домашнее задание (5 мин.)

**Ход урока**

|  |  |
| --- | --- |
| Этапы работы | Содержание этапа |
| 1. **Организационный момент**   ***Цели:*** сконцентрировать внимание детей; настроить детей на учебную деятельность.  На данном этапе урока дети должны самоорганизоваться, настроиться на рабочий лад.   1. **Повторение изученного учебного материала (**Тема: «Гигиена сна»)   **Цели:** закрепить знания детей о значении сна для жизнедеятельности человека; развивать логическое мышление, связную речь детей.  На данном этапе урока дети должны сформулировать важные условия полноценного сна, должны знать о значении сна в жизни человека.  **Метод:** беседа с элементами игры.  **Опрос:** фронтальный.  Для ***стимулирования учебной деятельности*** можно использовать заранее подготовленные жетоны (ребенок, давший полный ответ на поставленный вопрос, получает жетон, количество которых подсчитывается в конце урока).  Если дети будут ***испытывать трудности*** при ответе на поставленные вопросы, воспитатель может им предложить ***просмотреть мультфильм*** «Смешарики» (серия «Солнечное затмение»), где Крош и Ежик всю ночь не спали, в результате чего проспали днем солнечное затмение, которое так мечтали увидеть.   1. **Изучение нового учебного материала**   **1.Введение в тему**  **Цель:** дать возможность детям самостоятельно определить тему занятия; совместно с воспитателем определить цели урока; способствовать развитию логического мышления детей.  На данном этапе урока дети путем метода постановки перед ними проблемной ситуации должны самостоятельно определить тему урока.  **Метод:** постановка проблемной ситуации (разгадать ребус).  2. **Объяснение нового материала.**  **Цель**: рассказать детям о строении кожи, ее основных функциях; развивать умение детей грамотно излагать свои мысли.  На данном этапе урока дети путем метода наблюдения должны самостоятельно ответить на вопросы, предлагаемые учителем по теме занятия.  ***Оборудование***: лупа, зеркальце, игла.  ***На доске заранее записаны*** ***слова***: эпидерма, поры, сальные железы, потовые железы.  ***Методы:*** наблюдение, беседа.  ***Метод стимулирования учебной деятельности***: за правильные ответы детям выдаются жетоны.  3. ***Физкультминутка***.  ***Цель***: способствовать повышению работоспособности, формировать красивую осанку, развивать двигательное воображение детей, творческую фантазию. Выполняется стоя.  **4.Продолжение работы по теме урока.**  ***Цели****:* выявить осведомленность детей о способах и средствах ухода за телом, пополнить их знания новыми сведениями; воспитывать в детях стремление ухаживать за своей кожей ежедневно; способствовать развитию связной речи детей.  На данном этапе урока дети должны четко, быстро, грамотно связывая слова, отвечать на вопросы по теме урока, опираясь на личный опыт, должны самостоятельно рассказать о средствах и способах ухода за своим телом.  ***Метод***: беседа, рассказ.  ***Опрос*:** фронтальный.   1. **Закрепление**   **изученного материала. Подведение итогов.**  **Цели:** определить степень усвоенности изученного материала; закрепить знания детей о строении и значении кожи; закрепить знания детей о предметах и правилах личной гигиены; способствовать развитию логического мышления.  На данном этапе занятия дети должны показать свои знания по теме урока.  **Методы**: игра, разгадывание загадок.  Воспитатель продолжает выдавать жетоны правильно ответившим на вопросы детям.   1. **Домашнее задание.**   ***Цели:*** дать возможность детям еще раз задуматься о необходимости соблюдать правила личной гигиены для сохранения своего здоровья; развивать творческие способности детей; способствовать развитию связной письменной речи. | ***Воспитатель:***  Снова звонок  Нас зовет на урок.  Чтобы сильным и здоровым стать  Нужно организм наш изучать.  Здравствуйте, ребята! Я очень рада видеть вас, и думаю, вы тоже рады встретиться друг с другом на нашем занятии. Давайте возьмемся за руки*. (Воспитатель, дети берутся за руки)* Почувствуйте тепло ваших рук. Улыбнитесь друг другу! *(Дети дарят друг* *другу улыбки)* Думаю, что теперь в такой дружеской атмосфере мы с легкостью сможем продолжить беседу о нашем здоровье.  ***Воспитатель:***  Ребята, прежде чем мы перейдем с вами к изучению нового материала, давайте вспомним то, о чем мы говорили на прошлом занятии. Для этого я предлагаю вам сложить из отдельных слов поговорку.  (*Детям предлагается сложить из отдельных слов поговорку «Сон – лучшее лекарство»)*  ***Воспитатель:***  Ребята, согласны ли вы с эти утверждением? Почему сон называют лучшим лекарством?  ***Дети:*** Да, согласны. Сон называют лучшим лекарством, потому что именно сон помогает снять утомление, усталость, он важен для восстановления нервных клеток, помогает улучшить работоспособность.  ***Воспитатель:*** Действительно, сон очень важен для восстановления сил организма. А что помогает сделать наш сон полноценным?  ***Дети:*** Для того, чтобы сделать наш сон полноценным, необходимо соблюдать правильный режим дня, рационально питаться, перед сном необходимо принять ванну, так как это помогает расслаблению мышц.  **Воспитатель**: Совершенно верно. Лишь при условии соблюдения данных правил сон будет оказывать благоприятное действие на наш организм и будет способствовать сохранению нашего здоровья.  ***Воспитатель:*** Сегодня мы с вами продолжаем разговор о том, что нужно делать, чтобы оставаться здоровыми, красивыми и жизнерадостными. А тему сегодняшнего урока вы определите сами. Для этого я предлагаю вам разгадать ребус. Здесь зашифровано имя одного литературного героя.  ( *Детям предлагается разгадать ребус. Изображение дается в рисунках)*  МОСТ,, + ,ЯЙЦО,, + ДОМ,, + ДЫНЯ,, + ,,ШАРФ,  (ОТВЕТ: *Мойдодыр)*  *(открывается картинка с изображением Мойдодыра)*  ***Воспитатель:*** Правильно, ребята! Вспомните, к чему призывал Мойдодыр из одноименной сказки К. Чуковского?  ***Дети:*** Мойдодыр призывал соблюдать правила личной гигиены ежедневно утром и вечером. *(фрагмент из мультфильма)*  ***Воспитатель:*** Верно! О чем же пойдет речь на сегодняшнем уроке?  ***Дети:*** Сегодня мы будем говорить о том, как ухаживать за своим телом.  ***Воспитатель:*** Молодцы! (*за кулисами слышится шум, вбегает Грязнуля, за ним – Чистюля).*  **Грязнуля**. Ой, помогите, помогите! Спрячьте меня, пожалуйста!  ***Чистюля.*** Ах, вот ты где, несносный Грязнуля! Долго я буду бегать за тобой!  ***Воспитатель.*** *(с недоумением*) Объясните, пожалуйста, что здесь происходит!  ***Чистюля***. Уважаемый воспитатель! Уважаемые дети! Помогите мне уговорить Грязнулю умыться, объясните ему, что это необходимо для сохранения его здоровья!  ***Воспитатель***. Ну, конечно же, поможем! Тем более сегодня на занятии мы с ребятами как раз будем говорить на эту тему. Поэтому мы с удовольствием приглашаем вас на наш урок. Занимайте места. (*Грязнуля и Чистюля садятся за парты)*  Сегодня мы с вами поговорим о коже. Как устроена кожа? Каковы ее функции? Что нужно делать, чтобы наша кожа выглядела здоровой и ухоженной? На эти и другие вопросы мы попытаемся с вами ответить в течение нашего урока.  ***Воспитатель:*** Кожа – это не только внешняя оболочка, но и самый большой орган нашего тела, отвечающий за множество важнейших жизненных функций. Давайте проделаем несколько опытов, благодаря которым вы сможете самостоятельно ответить на вопросы, как устроена кожа и каковы ее функции.  Ребята, внимательно рассмотрите кожу на кисти руки. Потрогайте, какая она?  ***Дети:*** Кожа гладкая, мягкая, тонкая, эластичная.  ***Воспитатель***: Верно. Верхний слой кожи называется эпидерма – с греческого «верхний». Клеточки этого слоя часто отмирают, отслаиваются, взамен чего нарастает новый.  А теперь, ребята, обратите внимание, что на местах сгибов коленей ног, суставов пальцев рук кожа имеет складки. Случайно ли это? Положите руки на стол ладонью вниз. Правой рукой захватите складки кожи на суставах, а теперь медленно согните палец. Что происходит с кожей?  ***Дети:*** Без складок на коже палец сложно согнуть.  ***Воспитатель:*** Молодцы! Значит, складки нужны для того, чтобы не затруднять движение пальцев рук, ног и других частей тела.  А теперь возьмите лупу и рассмотрите через нее кожу. Постарайтесь увидеть маленькие отверстия – поры. Как вы думаете, для чего они?  ***Дети***: Благодаря порам, кожа дышит.  ***Воспитатель***: Действительно, кожа впитывает через поры свежий воздух, который необходим каждой клеточке.  А теперь потрите пальцем кожу лба. А затем приложите палец к зеркальцу. Что вы видите?  ***Дети:*** На зеркальце осталось жирное пятно.  ***Воспитатель***: Это говорит о том, что наша кожа богата железами, которые вырабатывают кожное сало. Это сальные железы. Жир смазывает кожу, не дает ей пересыхать, делает ее мягкой и эластичной. Кроме того кожа содержит потовые железы, которые защищают организм человека от перегрева.  Скажите, ребята, а что вы почувствуете, если дотронетесь до кожи иглой?  ***Дети:*** Боль.  ***Воспитатель:*** Это происходит потому, что кожа богата нервными окончаниями. Кожа чувствует холод, жару, боль.  Итак, подведем итоги. Кожу необходимо беречь, потому что она защищает организм от перегрева и переохлаждения, от легких ударов и трения, от проникновения вредных веществ и микробов.  ***Воспитатель:*** А сейчас я предлагаю всем встать и немного поиграть. *(Дети встают)*  У нас славная осанка,  Мы свели лопатки,  Мы походим на носках,  А потом на пятках.  Пойдем мягко, как лисята.  Ну а если надоест,  То пойдем все косолапо,  Как медведи ходят в лес.  *(Дети имитируют движения под музыкальное сопровождение)*  ***Воспитатель:*** Молодцы, ребята! А теперь с новыми силами продолжим с вами беседу о коже. Сейчас мы с вами поговорим о том, что необходимо делать, чтобы наша кожа оставалась красивой и ухоженной.  Расскажите, ребята, как вы ухаживаете за своей кожей? (*Дети отвечают)*  Как вы думаете, как часто нужно соблюдать правила личной гигиены? *(Дети отвечают)*  Для чего нужно ежедневно ухаживать за своей кожей? *(Дети отвечают)*  Какие средства ухода за кожей вам известны? ***(Игра «Черный ящик»)*** *(Дети называют предметы, необходимые для ухода за коже, воспитателб из черного ящика достает названные детьми предметы)*  Что ж, я вижу, вы достаточно хорошо заботитесь о своем здоровье.  А знаете ли вы, как начиналось утро французского короля, жившего 300 с лишним лет назад? Начиналось оно с одевания и туалета. Одевание продолжалось очень долго, а вот умывание… Королю подносили большую великолепную чашу, на дне которой плескалась вода. Король смачивал кончики пальцев, слегка дотрагивался ими до век, и … на этом процедура заканчивалась. Мыться целиком в те времена было не принято. Для того чтобы заглушить неприятный запах грязного тела, люди, даже самые богатые, употребляли различную парфюмерию, духи. Мылом король пользовался весьма неохотно, впрочем, как и все.  На Руси люди были чистоплотные. Иностранцы каждый раз удивлялись, что русские так часто в баню ходят.  Действительно, кожа человека должна дышать, только тогда она будет гладкой и красивой. А для этого поры не должны быть забиты жиром и грязью. Если не содержать кожу в чистоте, в ее складках поселяются бактерии и микробы. На каждом см2 кожи Грязнули можно обнаружить до 40 тысяч микробов, среди которых могут оказаться возбудители болезней. Только мытье горячей водой с мылом полностью освобождает кожу от всех накопившихся на ней продуктов выделения и микробов. Ложась спать немытым, подумайте о том, чем будет дышать ваша бедная кожа, как ей будет душно и плохо. А как скверно она будет выглядеть наутро, какая будет серая и неровная.  Такая кожа не только не красит человека – она его уродует. “Ох, – скажете вы, – какая у меня жуткая кожа!” А кто виноват, если не ты сам? Почему иногда к неодушевленным предметам мы относимся нежнее и бережнее, чем к самому себе? Худо ли, хорошо ли, но вы заботитесь о своих вещах, стараетесь, чтобы велосипед был в исправности и выглядел красиво. Ведь вам известно, что металлические части, если их не чистить, покрываются ржавчиной, портятся.  А ведь уход за кожей прост и заключается главным образом в соблюдении гигиены, то есть удалении грязи, пыли, избытка кожного сала. Умываться надо так: руки, лицо, шею мыть ежедневно с мылом водой комнатной температуры. Верхнюю часть тела (грудь) мыть без мыла, но потом растереть ее полотенцем до легкого покраснения кожи. Необходимо также ежедневно мыть ноги теплой водой с мылом. Если же дома есть душ, то лучше принимать его ежедневно. Вода должна быть теплой, но не горячей.  Не реже одного раза в неделю для тела необходима более серьезная гигиеническая процедура – “генеральная” мойка. Ее можно провести как в русской бане, так и в обычной ванне.  Прослушайте стихотворение (*стихотворение читают подготовленные чтецы).*   |  |  | | --- | --- | | Дорогие мои дети!  Я пишу вам письмецо:  Я прошу вас, мойте чаще  Ваши руки и лицо. | Все равно, какой водою:  Кипяченой, ключевой,  Из реки, иль из колодца,  Или просто дождевой! | | Нужно мыться непременно  Утром, вечером и днем –  Перед каждою едою,  После сна и перед сном. | Тритесь губкой и мочалкой!  Потерпите – не беда!  И чернила, и варенье  Смоют мыло и вода. | | Дорогие мои дети!  Очень, очень вас прошу:  Мойтесь чище, мойтесь чаще –  Я грязнуль не выношу. | Не подам руки грязнулям,  Не поеду в гости к ним!  Сам я моюсь очень часто.  До свиданья!  *Ваш Тувим*  *.* |   ***Воспитатель:*** Приятны ли Тувиму грязнули?  ***Дети:*** Нет, не приятны. Он не подаст им руки.  ***Воспитатель:*** Почему же нужно ухаживать за своим телом?  ***Дети:*** Каждый хорошо воспитанный человек должен заботиться о чистоте своего тела, так как от этого зависит его здоровье и отношение к нему окружающих людей.  ***Воспитатель:*** Итак, в завершение нашего занятия давайте проверим, насколько прочно вы усвоили материал.   1. Я предлагаю вам сыграть в игру ***«Волшебный мешочек»***. В моем мешочке есть волшебные яйца, внутри которых содержатся вопросы. Желающий вытягивает яйцо из мешочка, читает вопрос и из предложенных вариантов ответов выбирает верный.   *(Дети по очереди вытягивают яйца (киндер-сюрпризы), отвечают на вопросы. Если ребенок затрудняется в выборе ответа, то право ответить на данный вопрос передается другому ребенку)*  *Содержание вопросов:*   1. *Кожа не защищает от: а) от охлаждения; б) от микробов; в) от яркого света.* 2. *Благодаря порам кожа: а)охлаждается; б) дышит; в)отмирает.* 3. *Благодаря сальным железам кожа: а)делается мягкой, эластичной, б)дышит; в)охлаждается.* 4. *Если не мыться: а)кожа будет эластичнее; б)кожа будет сухой и больной.* 5. *Толщина кожи: а)везде одинаковая; б)везде разная.* 6. *Самые чистоплотные люди были: а)на Руси; б)во Франции; в)в Англии.*   *Ответы: 1-в; 2-б; 3-а; 4-б; 5-б; 6—а.*   1. ***Воспитатель***: Мойдодыр отправил нам задание, на разноцветных кусочках мыла даны загадки*.* По очереди вытягиваете понравившийся кусочек мыла и отгадываете загадку. Для того, чтобы вы всегда были чисты и опрятны, вам понадобятся эти вещи.   ***(****на подносе детям предлагаются карточки из цветной бумаги в виде мыла, на обороте каждой дана загадка, которую ребенок должен отгадать. За правильный ответ – жетон*.)  Ускользает, как живое,  Но не выпущу его я.  Дело ясное вполне:  Пусть отмоет руки мне. (Мыло)  Вот какой забавный случай!  Поселилась в ванной туча.  Дождик льется с потолка  Мне на спину и бока.  До чего ж приятно это!  Дождик теплый, подогретый…  На полу не видно луж.  Все ребята любят…(Душ)  Мудрец в нем видел мудреца,  Глупец – глупца, баран – барана,  Овцу в нем видела овца,  А обезьяну – обезьяна.  Но вот подвели к нему Федю Баратова,  И Федя увидел неряху лохматого. (Зеркало)  Хожу-брожу не по лесам,  А по усам, по волосам,  И зубы у меня длинней,  Чем могут быть у всех зверей. (Расческа)  В ванной комнате висит, болтается,  За него всяк хватается. (Полотенце)  Резинка Акулинка  Пошла гулять по спинке.  И пока она гуляла,  Спинка розовою стала. *(Губка.)*  ***Воспитатель***: Молодцы, ребятки!  Отгадали все загадки.  Загадки мудреные,  Но и вы, ребята, смышленые.  Итак, подведем итоги. Скажите, каково основное назначение кожи?  ***Дети:*** Кожа необходима для защиты организма.  ***Воспитатель***: Назовите условие, при котором кожа будет хорошо выполнять свое назначение.  ***Дети:*** Необходимо содержать кожу в чистоте, ежедневно соблюдать правила личной гигиены.  ***Воспитатель:*** Молодцы, ребята! Вы хорошо усвоили материал! А теперь подсчитаем жетоны. *(Подсчитывание жетонов, поощрение победителей)*  Ну, что, Грязнуля, мы убедили тебя в том, что нужно умываться, следить за состоянием своей кожи?  ***Грязнуля.*** Да, я все понял. Позвольте мне покинуть ваш урок, так хочется поскорее окунуться в теплую ванну и отмыть всю эту грязь.  ***Воспитатель.*** Конечно, желаем тебе удачи!  ***Чистюля и Грязнуля***. Спасибо вам! До свидания! (*убегают)*  ***Воспитатель:*** К следующему занятию предлагаю вам выполнить следующее домашнее задание *(дается в зависимости от способностей детей)*.   1. Написать сочинение на тему: «Зачем нужно соблюдать правила личной гигиены». (Возможно использование различных жанров: рассказ, сказка и др.) 2. Подготовить рисунок на тему: «Как я ухаживаю за своей кожей». |

Алданский детский дом

Группа «Улыбка»

***Раздел****: Охрана здоровья*

*План-конспект развивающего занятия на тему*

***«Кожа и уход за ней»*** *(4-5 класс)*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*Урок разработан воспитателем*

*Н.А.Морозовой*

1. *Кожа не защищает от: а) от охлаждения; б) от микробов; в) от яркого света.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

1. *Благодаря порам кожа: а)охлаждается; б) дышит; в)отмирает.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

1. *Благодаря сальным железам кожа: а)делается мягкой, эластичной, б)дышит; в)охлаждается.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

1. *Если не мыться: а)кожа будет эластичнее; б)кожа будет сухой и больной.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

1. *Толщина кожи: а)везде одинаковая; б)везде разная.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

1. *Самые чистоплотные люди были: а)на Руси; б)во Франции; в)в Англии.*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| Мойте |

|  |
| --- |
| едой |

|  |
| --- |
| руки |

|  |
| --- |
| перед |

|  |
| --- |
| будете |

|  |
| --- |
| - |

|  |
| --- |
| здоровы! |

|  |
| --- |
| Кто |

|  |
| --- |
| аккуратен, |

|  |
| --- |
| тот |

|  |
| --- |
| людям |

|  |
| --- |
| приятен! |

|  |
| --- |
| Чистота - |

|  |
| --- |
| лучшая |

|  |
| --- |
| красота! |

|  |
| --- |
| Чаще |

|  |
| --- |
| мойся - |

|  |
| --- |
| воды |

|  |
| --- |
| не бойся! |