***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 звонокНас зовет на урок.Чтобы сильным и здоровым статьНужно 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 чащеВаши руки и лицо. | Все равно, какой водою:Кипяченой, ключевой,Из реки, иль из колодца,Или просто дождевой! |
| Нужно мыться непременноУтром, вечером и днем –Перед каждою едою,После сна и перед сном. | Тритесь губкой и мочалкой!Потерпите – не беда!И чернила, и вареньеСмоют 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 потолкаМне 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 АкулинкаПошла 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! |