***Тема: «Чистота- залог здоровья!»***

***Цели:*** закрепить знания учащихся о гигиенических правилах;

 формировать здоровый образ жизни:

 ***Оборудование***: проектор, презентация, предметные картинки; плакат « Правила личной гигиены».

**Личностные УУД:**

Ценностно-смысловая ориентация ( осознание ценности собственного здоровья и необходимости нести за него ответственность;

 понимание необходимости соблюдать правила личной гигиены;

стремление к сохранению и укреплению своего здоровья.

***Метапредметные УУД:***

 способность регулировать собственную деятельность, направленную на познание закономерностей мира природы;

***Предметные УУД:***

дать представление о микробах;

 рассказать опутях попадания микробов в организм человека;

 познакомить с основными правилами личной гигиены

 Ход урока.

 Учитель: Сегодня мы с вами будем говорить о гигиене и чистоте. – Как вы думаете, что такое «гигиена»?

- А теперь послушайте, какое определение этого понятия дает С.И. Ожегов в Толковом словаре.

(Зачитывает учитель) ***Гигиена* –** раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, а также система действий, мероприятий, направленных на поддержание чистоты, здоровья”

 Слово***гигиена*** пришло к нам из греческого языка и означает – ***«здоровый».*** И это не случайно. Ведь именно в Древней Греции существовал культ здорового тела.

- А что такое ***личная гигиена?***

Ребята, как вы думаете, можно ли заболеть , если не соблюдать правила личной гигиены?

Что может произойти , если не мыть руки? Кто может поселится на наших ладошках?

Что мы должны делать, чтобы быть здоровыми?

Правильно, мы должны соблюдать правила личной гигиены.

Зачем нужна гигиена?

Существует:

**1. Гигиена жилища.**

**2. Гигиена питания.**

**3. Гигиена воды.**

**4. Гигиена кожи.**

**5. Гигиена одежды.**

А теперь поговорим о чистоте тела и как правильно ухаживать за зубами.

***Правила личной гигиены.***

1 правило. Зубы нужно чистить 2 раза в день!

2 правило. Руки мой перед едой!

3 правило. Нельзя пользоваться чужим полотенцем, расческой и зубной щеткой!

4 правило. Надо регулярно мыться!

5 правило. Ногти нужно подстригать и содержать их в чистоте!

6 правило. Нужно мыть перед едой фрукты и овощи!

А сейчас послушаем стихи о чистоте и гигиене.

1. По утрам и вечерам

Открываю в ванной кран.

Я воды не пожалею

Уши вымою и шею.

Пусть течет водица –

Я хочу умыться!

2. Посильнее кран открыла

И взяла кусочек мыла.

Пышно пена поднялась-

Смыла с рук и пыль и грязь.

3.Чищу зубы пастой мятной,

Ароматной и приятной.

Щеткой действую умело,

Зубы будут очень белы!

4. Чистота - залог здоровья,

Чистота нужна везде:

Дома, в школе, на работе,

И на суше, и в воде.

***Физминутка.***

Учитель. А теперь , ребята, отгадайте загадки.

1. Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков.

 И под каждым, под зубком-

Лягут волосы рядком. ( расческа)

2. Лег в карман и караулю-

Реву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слез,

Не забуду и про нос. ( носовой платок)

3. Ей спины моей не жалко-

 С мылом трет меня- …. ( мочалка).

4. Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не лениться. ( мыло).

5.Чтобы долго быть зубастым,

Чистить зубы надо … ( пастой).

6. А у пасты есть подружка.

Чистит зуб, старается,

Скажи, как называется? ( зубная щетка).

7. Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? ( полотенце)

Учитель: Давайте подведем итог нашего урока о чистоте и гигиене.

 А помогут нам в этом веселые частушки.

Мы желаем вам , ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

Невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться:

Каждый раз перед едой,

Прежде, чем за стол садиться,

Руки вымойте водой!

И зарядкой занимайтесь

Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь-

Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда.

На прогулки в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья!

Мы открыли вам секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!