Шумилова Н.К.

МБОУ «Школа № 44», г. Полысаево, Кемеровская обл.

Учитель начальных классов

**Мы в Чистюлькине**

*Цель:* познакомить с правилами ухода за волосами; с тем, почему нужно чистить зубы.

*Универсальные учебные действия*

*Познавательные*: воспроизводить по памяти информацию, необходимую для решения поставленной задачи.

*Коммуникативные*: слушать и понимать речь других.

*Регулятивные*: выполнять задание по образцу, следить за чистотой и аккуратностью в одежде.

*Личностные:* применять навыки личной гигиены на практике.

*Оборудование*: рисунок Здоровячка, автобуса, таблички с названием остановок «Грязнулька», «Лентяйка», «Отдыхайка», «Всезнайка», «Чистюлька», плакат с пословицами, компьютер, проектор, экран.

Ход урока

1. **Приветствие, разминка**

Дети хором говорят слова:

Рано утром я встаю,

Бога я благодарю,

Солнцу, ветру улыбаюсь

И при этом не стесняясь,

Слово «здравствуй» говорю,

С кем встречаюсь поутру.

 *Зарядка ( в соответствии со словами ребята выполняют движения).*

Рано утром все проснулись,

Хорошенько потянулись.

Спинки дружно все прогнули –

Вот и мышцы отдохнули.

Нашей матушке-землице

В пояс надо поклониться.

Повернулись вправо, влево –

Стало гибким наше тело.

Поднимаемся всё выше –

Выше дома, выше крыши.

Руки к солнцу потянули,

Опустили и встряхнули.

Носом воздух мы вдыхаем

И на месте пошагаем.

1. **Основная часть**

- Здоровячок предлагает нам побывать в одном из главных городов страны Здоровья. Это город Чистюлькин. А на чём мы отправимся, вы узнаете, отгадав загадку.

Что за чудо – синий дом.

Ребятишек много в нём!

Ноги, обувь из резины

И питается бензином. (автобус)

*1 остановка «Грязнулька»*

- Мы на остановке «Грязнулька». Здесь живут люди, которые перестали заботиться о чистоте и порядке: они не хотят больше умываться, чистить зубы и мыть руки, не хотят следить за чистотой в своих квартирах. Мальчики и девочки по утрам не спешат умываться, перестали чистить зубы, следить за одеждой, за своими волосами и даже перестали их подстригать.

Дети инсценируют стихотворение Э. Успенского «Страшная история».

Мальчик стричься не желает,

Мальчик с кресла уползает,

Кричит и заливается,

Ногами упирается.

Он в мужском и женском зале

Весь паркет слезами залил.

Парикмахерша устала

И мальчишку стричь не стала.

А волосы растут.

Год прошёл, другой проходит…

Мальчик стричься не приходит,

А волосы растут,

А волосы растут,

Отрастают, отрастают,

Их в косички заплетают…

-Ну и сын, - сказала мать,-

Надо платье покупать.

Мальчик в платьице гулял,

Мальчик девочкою стал.

И теперь он с мамой ходит

Завиваться в женский зал.

- Послушайте, что Здоровячок прочитал о волосах в одной из книжек.

 Учёные определили, что волосы живут в среднем от двух до четырёх лет. За один год они успевают отрасти на 12-15см. Чтобы волосы были здоровыми, густыми, красивыми, за ними нужно ухаживать, а прежде всего – ежедневно расчёсывать: при расчёсывании волосы очищаются от пыли и грязи. Раз в неделю или даже чаще голову следует мыть шампунем и тёплой водой.

 А чтобы никому не пришлось пережить историю, которая произошла с героем стихотворения Э.Успенского, волосы необходимо ещё и регулярно подстригать, особенно мальчикам.

- Школьники на станции «Грязнулька» очень плохо относятся к своим вещам: их портфели, книги и тетради находятся в ужасном состоянии. Да и сами дети неряшливы: одежда у них мятая, грязная, лицо и руки всегда в чернилах.

Дети инсценируют стихотворение В.Ливщица «Неряха».

Тротуар ему не нужен:

Расстегнувши воротник,

По канавам и по лужам

Он шагает напрямик.

Он портфель нести не хочет,

По земле его волочит.

Сполз ремень на левый бок,

Из штанины вырван клок.

Мне, признаться, непонятно.

Что он делал? Где он был?

Как на лбу возникли пятна

Фиолетовых чернил?

Почему на брюках глина?

Почему фуражка блином

И расстегнут воротник?

Кто он – этот ученик?

- Нам странно и неприятно видеть таких школьников. А среди вас, ребята, таких мальчиков и девочек нет?

 Дети по цепочке читают правила на доске:

1)Чистота – залог здоровья.

2)Грязь и неряшливость в одежде – это пренебрежение к своему здоровью.

3)Нечистоплотность – это неуважение не только к самому себе, но и к окружающим людям.

- Посмотрите, Здоровячок принёс нам какое-то письмо.

 Учитель читает: «Обращение поэта Юлиана Тувима ко всем детям по одному очень важному делу».

Дорогие дети!

Я пишу вам письмецо:

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Всё равно какой водою:

Кипячёной, ключевой,

Из реки, иль из колодца,

Или просто дождевой!

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём –

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 чаще, мойтесь чище –

Я грязнуль не выношу.

Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

Сам я моюсь очень часто.

До свиданья! Ваш Тувим.

*2 остановка «Лентяйка»*

- Остановки «Грязнулька» и «Лентяйка» расположены недалеко друг от друга. Люди, проживающие в городах, которые имеют те же названия, что и остановки, - дружные соседи, потому что между ними много общего. Как вы думаете, ребята, чем они похожи?

- Грязнулями бывают, как правило, ленивые люди. Ленивые школьники скучают на уроках и, конечно же, плохо учатся. Такие дети не хотят выполнять поручения. Лентяи не любят чисто писать в своих тетрадях, читать книжки. Они не воспитывают в себе привычку трудиться, помогать своим родителям в домашних делах. Ленивые дети хотят жить так, как мечтал ученик из стихотворения Б.Заходера.

Дети инсценируют стихотворение Б.Заходера «Петя мечтает».

Если б мыло приходило

По утрам ко мне в кровать

И само меня бы мыло –

Хорошо бы это было!

Если б книжки и тетрадки

Научились быть в порядке,

Знали все свои места –

Вот была бы красота!

Вот бы жизнь тогда настала!

Знай гуляй да отдыхай!

Тут и мама б перестала

Говорить, что я лентяй.

- А теперь послушайте советы Здоровячка.

 Некоторые девчонки и мальчишки забывают хорошее и очень важное правило: у каждой вещи должно быть своё место. К этому следует приучить себя с детства и на всю жизнь. Такая привычка помогает хорошо учиться, успевать за день сделать массу различных дел.

 Порядок необходимо соблюдать во всём: портфель не должен валяться на полу; мокрую и грязную обувь нужно привести в порядок; кожуре от апельсина, обёрткам от конфет не место на полу. Тетради, книги и игрушки должны всегда находиться на своих местах и в определённом порядке. Тогда не надо будет ничего искать: всё всегда под руками, и в нужный момент вещи легко взять.

*3 остановка «Отдыхайка»*

- Вспомним физминутку «Лягушки».

На болоте две подружки,

Две зелёные лягушки,

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались.

Ножками потопали.

Ручками похлопали.

Вправо, влево наклонялись

И обратно возвращались.

Видим, скачут по опушке

Две весёлые лягушки,

Прыг-скок, прыг-скок,

Прыгай с пятки на носок.

Вот здоровья в чём секрет.

Всем друзьям физкультпривет!

*4 остановка «Всезнайка»*

- В городе Всезнайка живут очень любознательные люди. И взрослые, и дети - страстные книголюбы, они с удовольствием участвуют в различных конкурсах и викторинах, которые помогают узнать много нового и интересного.

 - Отгадайте загадки вместе с жителями.

1. Ускользает как живое,

 Но не выпущу его.

 Белой пеной пенится,

 Руки мыть не ленится. (Мыло)

2. Я на ёжика похожа,

 А ещё на свинку.

 У меня на спинке

 Колкая щётинка.

 Если вижу я детей

 Грязных, будто свинка,

 Я щетиною своей

 Им почищу спинку. (Мочалка)

3. Целых 25 зубков

 Для кудрей и хохолков,

 И под этими зубками

 Лягут волосы рядками. (Расчёска)

4. Ношу их много лет,

 А счёту им не знаю.

 Не сеют, не сажают –

 Сами вырастают. (Волосы)

 5. Костяная стенка

 На брюшке щетинка.

 По частоколу прыгала,

 Всю грязь повымыла. (Зубная щётка)

 Рассказывает житель города Всезнайка (ученик).

 В давние времена, когда не было ни зубной щётки, ни порошков, один учёный захотел посмотреть, что же находится на зубах, когда их не чистят. Он снял налёт с зубов и посмотрел через микроскоп, и очень испугался, увидев, что налёт состоит из множества микробов. И с этого времени люди стали заботиться о зубах. У них не было ни щёток, ни зубных порошков, поэтому они чистили зубы мясом и солью.

 - Представьте, что когда вы не чистите зубы, то у вас во рту накапливается много микробов, которые разрушают ваши зубы, и они начинают болеть. А чтобы этого не произошло, чистить зубы нужно обязательно утром и вечером.

- Для чего нужно чистить зубы?

-Как правильно их чистить?

На экране слайд презентации (приложение 5).

- Сколько раз в день нужно чистить зубы?

- Прочитайте пословицы и объясните их смысл (на доске плакат с пословицами):

Кто аккуратен, тот людям приятен.

Чистота – лучшая красота.

*5 остановка «Чистюлька»*

- Внимание! Внимание! Мы подъезжаем к остановке «Чистюлька».

 Здоровячок приглашает нас прогуляться по городу Чистюлькин.

- Ребята, что вы видите? (Дети фантазируют, что они могут увидеть: чистые и аккуратные улицы. По тротуарам идут чисто и опрятно одетые люди. Кругом чистота и порядок).

- А вам хотелось бы жить в таком городе?

- На самом деле любой город нашей планеты может стать таким. Это ведь в первую очередь зависит от людей!

*Игра «Найди правильный ответ».*

Я чувствую себя уверенно, если:

а) моя одежда самая яркая и блестящая

б) моя одежда самая дорогая

в) моя одежда скромная, опрятная, чистая

г) моя одежда разорвана в одном месте

д) моя одежда измялась в автобусе.

- В каком случае вы чувствуете себя уверенно и почему?

Здоровячок предлагает нам закончить фразы:

* Я каждый вечер (с помощью взрослых) очищаю и натираю кремом свою…
* Я каждый день (с помощью взрослых) глажу…
* Мама каждый день даёт мне чистый носовой…

- Сейчас ребята споют санитарные частушки, придуманные в Чистюлькине.

Поленился утром Вова

Причесаться гребешком,

Подошла к нему корова,

Причесала языком.

Я под краном руки мыла,

А лицо помыть забыла, -

Увидал меня Трезор,

Зарычал: «Какой позор!»

Всем знаком грязнуля Ваня.

Он не любит мыться в бане.

Плачет в бане он всегда:

- Ой, горячая вода.

И холодной он боится –

По утрам не хочет мыться.

Снова плачет он тогда:

- Ой, холодная вода.

Жизнью я довольна очень:

И пою я, и пляшу,

Потому что днём и ночью

Свежим воздухом дышу.

**3. Заключительная часть**

- Ребята, вам понравилось в Чистюлькине? Почему?

- Я очень рада, что мы благополучно добрались до этого замечательного города и познакомились с его интересными жителями, у которых есть чему поучиться.

 Дети хором читают пожелание жителей Чистюлькина: «Будь аккуратен, забудь про лень, чисти зубы каждый день!»

**4. Рефлексия**

-На какой станции вам хотелось бы побывать ещё? Почему?

На доске прикреплены два кусочка «мыла», на которых напечатаны слова:

Я понял, что нельзя…

Сегодня я узнал, что нужно…

Дети заканчивают предложения.

**Литература**

1. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья (1-5 классы) [Текст] / Н. И. Дереклеева. – М. : ВАКО, 2007. – 152 с.
2. Жук, Л. И. Ключи к здоровью [Текст] / Л. И. Жук. – Минск : Красико-Принт, 2007. – 128 с.
3. Капецкая, Г. А. Берегите здоровье! [Текст] / Г. А. Капецкая // Последний звонок. – 2007. - № 10. – С. 4-5.