**1.ОРГМОМЕНТ**

 **2.СООБЩЕНИЕ ЦЕЛИ.**

**3.ПУТЕШЕСТВИЕ В МОЙДОДЫРСК:**

 **1.упражнение на расслабление;**

 **2.встреча с Джуно, героем книги» Путешествие Джуно. Приключения в стране «Здоровье».;**

**3.экскурсия в Мойдодырск ;**

**4.встреча с Мойдодыром ;**

**5.загадки о помощниках Мойдодыра;**

**6.знакомство с правилами, по которым живут здоровячки;**

**7.упражнение на расслабление;**

**8.знакомство с доктором. Апчхи;**

**9.знакомство с Эрфом, героем книги» Путешествие Джуно.Приключения в стране «Здоровье»;**

**10.физкультминутка;**

**11.рассказ учителя;**

**12.волшебная ромашка / с правилами: гигиены.**

**4.ВОЗВРАЩЕНИЕ В КЛАСС.**

 **1.работа в альбоме**

**5.ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

 **ТЕМА: ИГРА – ПУТЕШЕСТВИЕ В МОЙДОДЫРСК**

**ЦЕЛИ: - знакомство с правилами личной гигиены;**

 **- формирование гигиенических навыков ухода за телом;**

 **- создание психологического комфорта в классе.**

**ОБОРУДОВАНИЕ:**

**- плакат «Никто не заботится о тебе лучше, чем ты сам»**

**- уголок Мойдодыра**

**- библиотека доктора Апчхи**

**- рисунок солнышка**

**- комнатные цветы**

**- ромашка из 7 лепестков / на каждом лепестке с обратной стороны**

 **правило/**

**- таблицы с гигиеническими правилами**

**- альбом для рисования, карандаши, фломастеры.**

**- грамзаписи: песня «Улыбка»**

**- 14 соната Бетховена, 1 часть**

**- кассета с интерпретированной мелодией песни «Остров**

 **невезения», с музыкой Б.Савельева к песне «Настоящий друг»**

**- рисунок Эрфа, героя книги «Путешествие Джуно» приключения в стране «Здоровье».**

**ОРГМОМЕНТ**

**Дежурные: Улыбнулись друг - другу.**

 **Первые садятся девочки как принцессы. Садятся мальчики как**

**офицеры.**

**Мы желаем вам… (здоровья, улыбок, хорошего настроения).**

**Учитель: Сегодня мы отправимся в путешествие в город Мойдодырск, чтобы познакомиться с правилами личной гигиены.**

**Попасть туда нам поможет волшебный человечек. Отгадайте его имя: « Он всегда улыбается. И от этого у него всегда хорошее настроение. Он настоящий здоровячок. Ему принадлежат слова: «Никто не заботится о себе лучше, чем ты сам».**

**Кто это?**

 **Дети отвечают: «Джуно»**

**Упражнение на расслабление**

**Вы хотите его увидеть?**

**Для этого надо уснуть волшебным сном. Вы будете все слышать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Иначе волшебство не произойдет.**

 **Дети закрывают глаза, ноги вытягивают**

 **вперед, руки опускают, головку слегка**

 **откидывают назад.**

**Учитель включает магнитофон. Звучит спокойная музыка(14 соната Бетховена ,1 часть). Под ее мелодию учитель произносит следующие слова:**

**Реснички опускаются…**

**Глазки закрываются…**

**Мы спокойно отдыхаем… (2 раза)**

**Сном волшебным засыпаем…**

**Дышится легко… ровно…глубоко…**

**Наши руки отдыхают…**

**Ноги тоже отдыхают…**

**Отдыхают,… засыпают…(2 раза)**

**Шея не напряжена**

**И рассла-а-бле-на…**

**Губы чуть приоткрываются…**

**Все чудесно расслабляется…(2раза)**

**Дышится легко…ровно…глубоко…**

**Мы спокойно отдыхали,**

**Сном волшебным засыпали…**

**Хорошо нам отдыхать!**

**Но пора уже вставать!**

**Крепче кулачки сжимаем,**

**Их повыше поднимаем.**

**Подтянуться! Улыбнуться!**

**Всем открыть глаза.**

**Встреча с Джуно**

**Учитель: А вот Джуно.**

 **Улыбнемся ему и поздороваемся.**

 **Дети: «Здравствуй, Джуно!»**

**Джуно (ученик в костюме героя книги» Путешествия Джуно») Здравствуйте, ребята! Я рад видеть всех вас здоровыми Мо Почему он называется Мойдодырск?**

 **Познакомимся с ним.**

**Экскурсия в Мойдодырск**

**Класс оформлен учителем заранее. Рисунок солнышка, много комнатных цветов, несколько ромашек из картона. Таблицы с гигиеническими правилами (их можно взять в СЭС), парты расставлены полукругом.**

**Джуно: Что вы видите в городе?**

 **Дети отвечают:**

 **Солнышко, много цветов. В городе чисто, красиво.**

**Джуно: Ярко светит в городе солнышко. Солнечный свет убивает микробов. В городе чисто, поэтому жильцы чувствуют себя хорошо.**

**Правила, по которым живут здоровячки**

**Учитель: Познакомимся с правилами, по которым живут в этом городе здоровячки.**

 **Дети по желанию читают с таблиц правила, затем правила повторяют хором.**

 **1.С улицы придя домой, первым делом руки мой.**

 **2.Быть грязнулей стыд и срам. Чисть свою одежду сам.**

 **3.После пасты всем на диво зубы чисты и красивы.**

**Джуно: Ребята, постарайтесь запомнить эти правила. Всегда их выполняйте.**

**Физкультминутка**

**Учитель: Гуляя по городу, устали. Но мы умеем отдыхать. Будим заниматься спортом. (Дети встают)**

**Дети произносят хором:**

 **Штангу с пола поднимаем (наклон вперед)**

 **Крепко держим и бросаем (руки сжимаем в кулачок, подняв**

 **верх, мышцы напрягают, кулач кулачки разжимаю опускают)**

 **Наши мышцы не устали-**

**И еще послушней стали.**

**Нам становится понятно:**

**Расслабление - приятно.**

 **Дети садятся.**

**Знакомство с доктором Апчхи**

**Учитель: Джуно, как зовут доктора в городе?**

**Джуно: Его зовут Апчхи. Ребята, что хотите спросить у доктора?**

**Ученик подходит к доктору (ученику в белом халатике, в белой шапочке).**

**Доктор, доктор**

**Как нам быть:**

**Уши мыть**

 **Или не мыть?**

**Если мыть,**

**То как нам быть.**

**Часто мыть**

**Или пореже?**

**Доктор Апчхи:**

 **Еже! Еже-еже-ежедневно!**

**Учитель: Давайте посмотрим, что у доктора есть в библиотечке?**

 **Дети рассматривают библиотечку, называют детские журналы**

 **«Миша», книги А.Дорохова» Про тебя самого», А.Коростылева**

 **«50 уроков здоровья», К.Чуковского» Доктор Айболит», пластинки с веселыми песенками.**

**Доктор: Книги, журналы, которые вас заинтересовали, можете взять у меня, почитать дома или посмотреть.**

**Джуно: Почему город называется Мойдодырск?**

 **Дети: Здесь живет Мойдодыр.**

**Джуно: Давайте ним познакомимся.**

**Знакомство с Мойдодыром**

**Мойдодыр (ученик в костюме мойдодыра: борода из мочалки, красный тазик с бантиком на ленте, белая шапочка)**

 **Я – Великий Умывальник**

 **Знаменитый Мойдодыр**

**Умывальников начальник**

**И мочалок Командир!**

 **Не боитесь меня?**

**Если топну я ногою,**

**Позову моих солдат,**

**В эту комнату толпою**

**Умывальники влетят**

**И залают и завоют**

**Головомойку**

**Неумытому дадут-**

**Прямо в мойку,**

**Прямо в мойку**

**С головою окунут!**

**(ударить в таз и закричать Кара-барас!)**

**Джуно: Отгадайте загадки о помощниках Мойдодыра**

 **1.Течет вода из крана**

 **И весело поет**

 **И над певучим краном**

 **На полочке стеклянной**

 **Знаешь, кто живет?**

 **Дети: расческа, мыло, зубная щетка, зубная**

 **паста.**

 **2.Зубная щетка, порошок,**

 **Зубастый очень гребешок,**

 **И самое заметное среди жильцов друзей**

 **Мыло туалетное с мыльницей своей.**

**Мыло (ученик на голове ободок «Мыло»):**

 **Я мыло. Ваш хороший друг. Терпеть не могу я грязных рук.**

 **В руках я заверчусь, заплещется вода.**

 **От мыла грязь бледнеть начнет**

 **И побежит, и потечет, исчезнет без следа**

 **А руки станут чистыми**

 **Душистыми, душистыми.**

**Мойдодыр: В гости к палочке стеклянной**

**Приходите утром рано**

**Мыло в мыльнице запляшет,**

**Мыло прямо в руки ляжет**

**Скажет милым голоском:**

**Мыло: Мойтесь при любой погоде**

**(ученик) Будьте белыми, как снег.**

 **Тот, кто часто к нам приходит,**

 **Тот болеет реже всех!**

**Знакомство с Эрфом**

**Джуно: Я познакомлю вас с волшебным человечком. Это Эрф. Он**

**тоже из волшебной страны Мор, как и Я.Только он не здоровячек, а хлюпик.**

**Как вы думаете почему?**

**Эрф занимается тем, что вредно для здоровья: ест грязными руками. Его волшебная сила ослабла?**

 **Дети: Эрф грязный, не умеет, не хочет умываться.**

**Учитель: Ребята, давайте споем для Эрфа песенку «Микробы и мыло».**

**Физкультминутка. Дети поют и танцуют.**

**Рассказ учителя**

**Учитель: С кожи человека, даже если он пользуется только одной водой, (без мыла) во время купания в ванне или под душем**

 **Смывается до 20 миллионов различных микробов.**

**Не все части тела загрязняются одинаково. На лицо, шею, уши, руки легче попадают пыль и грязь из воздуха и с окружающих предметов. Поэтому лицо, шею, уши надо мыть каждый день утром и вечером, а руки – несколько раз в день.**

**Волшебная ромашка**

**Джуно: В городе легко дышится. Почему?**

**Дети: Здесь много зелени.**

**Джуно: Какие цветы растут в Мойдодырске?**

**Дети: Ромашки.**

**Джуно: Эти ромашки волшебные. Растут они таким образом: когда дети показывают свои знания, вырастает лепесток один, другой, третий.**

**Учитель: Ребята, хотите, чтобы выросла волшебная ромашка?**

**Дети отвечают.**

**Джуно: Ответьте на вопрос:**

**Когда нужно мыть руки?**

 **Дети называют правила и вырастают один**

 **задругим лепестки.**

**Джуно прикрепляет лепестки на магнитную доску. Заранее на обратной**

**стороне лепестка написано правило.**

**Ответы детей:**

**1.- после игры;**

**2.- после любой грязной работы;**

**3.- после пользования туалетом;**

**4.- после прогулки;**

**5.- после прикосновения к домашним животным;**

**6.- перед едой;**

**7.- после чтения библиотечной книги.**

**Рассказ учителя**

**Учитель: Одежда предохраняет тело человека от загрязнения, но**

 **но постепенно делается грязным и тело. Тело надо мыть**

 **каждую неделю горячей водой с мылом.**

 **Каждый вечер надо мыть ноги, так как они потеют в кожаной и особенно в резиновой обуви.**

 **Горячая вода промывает от пота и пыли поры, которыми дышит наша кожа. Поры – это мельчайшие отверстия на коже. Одни из них впитывают кислород из воздуха и помогают нам дышать, другие выделяют жир, смягчающий кожу, третьи пот, а вместе с ним и скапливающиеся в организме некоторые вредные вещества. Пыль и пот забивают мельчайшие поры нашей кожи.**

**От этого кожа становится вялой. Она хуже защищает организм.**

**ВОЗВРАЩЕНИЕ В КЛАСС**

**Учитель: Пора возвращаться в класс. Но как?**

**Джуно: В городе нет ни автобусов, ни самолетов, ни других машин.**

 **Здоровячки путешествуют пешком, на велосипедах,**

 **на коньках, на лыжах, на лодках.**

 **За хлюпиками обычно прилетают большие птицы, похожие**

 **на самолет.**

 **Джуно прощается, дарит волшебную ромашку и уходит.**

**Учитель: Ребята, решайте сами, как вы будите возвращаться в класс.**

 **Зарисуйте это в альбоме.**

**Работа в альбоме**

 **Дети рисуют. Звучит песня «Улыбка».**

**Учитель: Как вы решили возвращаться домой? Почему?**

**Ответы детей**

**ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

**Учитель: Кем вы хотите быть, здоровячками или хлюпиками?**

 **Почему? Что для этого надо делать?**

 **Дети: - заботиться о своем здоровье;**

**- соблюдать правила личной гигиены;**

**- есть продукты полезные для здоровья;**

**- есть меньше жирной и сладкой пищи;**

**- выполнять советы врачей;**

**- с уважением относиться друг к другу.**

**Кто должен об этом заботиться?**

**Учитель: Я желаю вам ребята**

**Быть здоровыми всегда,**

**Но добиться результата**

**Невозможно без труда.**

***Запомните правила жителей Мойдодырска и всегда их выполняйте.***

**Музыка Б.Савельева к песне «Настоящий друг»**

**Песня «Зубная щетка и расческа»**

**1.Делая прическу, помни про себя,**

 **Что твоя расческа только для тебя.**

 **Ты ее хозяин, властелин.**

 **На всем белом свете ты один.**

 **Только ты один.**

**ПРИПЕВ:**

 **Пусть поймут друзья,**

**Что давать нельзя**

**Личную расческу им,**

**Чтобы, чтобы, чтобы**

**Все свои микробы**

**Ты не передал другим.**

**2. Утром, чистя зубы, помни про себя,**

 **Что зубная щетка тоже для тебя.**

**Ты ее хозяин, властелин,**

**На всем белом свете ты один,**

**Только ты один.**

**ПРИПЕВ:**

**Пусть поймут друзья,**

**Что давать нельзя щетку**

**И расческу им,**

**Чтобы, чтобы, чтобы,**

**Все свои микробы**

**Ты не передал другим.**

**Интерпретированная мелодия песни «Остров Невезения».**

 **Песня «Микробы и мыло»**

**1.По воздуху летают микробы, микробы.**

**На кожу попадают микробы, микробы.**

**Сквозь ссадины и ранки**

**Стремятся спозаранку**

**Проникнуть в нас микробы, микробы.**

**ПРИПЕВ:**

**Мойте руки с мылом, мылом белым,**

**Пропадут микробы навсегда**

**Защищают тело, тело, тело**

**Солнце, воздух, мыло и вода.**

**Вода, вода, да-да, да-да!**

**2. Когда ты, друг, чихаешь, невольно, невольно,**

**И нос не прикрываешь, невольно, невольно,**

**Микробы вылетают,**

**Вокруг всех заражают.**

**Они тобой довольны, довольны.**

**ПРИПЕВ.**

**Мойте руки с мылом, мылом белым,**

**Пропадут микробы навсегда**

**Защищают тело, тело, тело**

**Солнце, воздух, мыло и вода.**

**Вода, вода, да-да, да-да!**