**УРОК ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА**

**1 КЛАСС**

**«ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ»**

Составила: учитель

начальных классов

Андреева Н. Д

**2017 год**

Предмет: Окружающий мир. 1 класс

Тема: «Правила личной гигиены»

Цели деятельности учителя: показать необходимость выполнения важнейших правил гигиены (чистка зубов и мытьё рук).

Планируемые результаты образования.

Предметные умения:

-формировать основные правила личной гигиены

- практически закрепить гигиенические навыки и умения

Универсальные учебные действия:

*Познавательные: общеучебные –*извлечение необходимой информации в ходе изучения новой темы; *логические –*дополнение и расширение имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.

*Коммуникативные:*умеют обмениваться мнениями, слушать друг друга, строить понятные речевые высказывания; принимать другое мнение и позицию, допускать существование различных точек зрения.

*Регулятивные:*принимают и сохраняют учебную задачу; оценивают результат своих действий; прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.

*Личностные:*понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; правильно идентифицируют себя с позицией школьника.

*Формы обучения*: фронтальная, коллективная, работа в парах.*Здоровьесберегающие технологии:* физкультминутка для глаз, смена видов деятельности на уроке, работа в парах, упражнение на мышечно-телесную координацию по методике В. Ф. Базарного.

*Образовательные ресурсы:*экран, проектор, компьютер, видеозапись мультфильмов «Мойдодыр» и «Доктор стоматолог», мешочек с предметами личной гигиены, презентация , раздаточный материал (конверты с заданиями, карточки)

**Ход урока.**

**I.Организационный момент. Психологический настрой.**

Доброе утро, ребята. Я рада вас видеть. Давайте наш урок начнем с пожелания всем добра.

– Доброе утро, солнце! *(все поднимают руки, затем опускают).*

– Доброе утро, небо! *(аналогичное движение).*

– Доброе утро, всем нам! *(все разводят руки в стороны, затем опускают).*

–Давайте улыбнёмся друг другу. Как хорошо, что мы сегодня все вместе. Мы спокойны, добры, приветливы, ласковы. Мы все здоровы. Глубоко вдохните и выдохните. Выдохните вчерашнюю обиду, злость, беспокойство. Забудьте о них. Вдохните в себя свежесть весеннего утра, тепло солнечных лучей, чистоту рек. Я желаю вам хорошего настроения и бережного отношения к себе и друг к другу.

**Дети:**Посмотрите-ка на нас,

Вот какой хороший класс

Приготовились учиться,

Ни минутки не лениться,

Не стучать, не отвлекаться,

А стараться и стараться!

II. Актуализация опорных знаний. Постановка проблемы.

Мы откроем сегодня секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняя все советы,

Без болезней будем жить.

**Внимание на экран.***(Просмотр фрагмента мультфильма «Мойдодыр»)*

–Почему от мальчика сбежали вещи?

– А вы догадались, как можно назвать этого мальчика? *(Неряха, грязнуля.)*

– Правильно.

Что надо делать, чтобы не стать похожим на этого мальчика?*(Мыть руки, умываться, мыться, чистить и стирать одежду, расчесываться).*

**Целевая установка**

– О чём мы с вами сегодня будем беседовать?

– Правильно, о чистоте тела, а какая наука о здоровье советует нам содержать тело в чистоте?

– Гигиена, молодцы.

– Но гигиена – это очень широкое понятие, оно охватывает практически все стороны жизни людей. Слово «гигиена» произошло от греческого «hygienos», что в переводе означает – «приносящий здоровье». Иными словами скажем – гигиена – это наука об улучшении и сохранении нашего здоровья.

– Гигиену можно разделить на разные разделы, например, гигиена детей и подростков, гигиена труда, личная гигиена, гигиена питания, военная, гигиена окружающей среды и т.д.

– Сегодня мы рассмотрим тему личной гигиены.

– Личная гигиена – это уход за своим телом и содержание его в чистоте.

– Что покрывает наше тело? *(кожа)*

– Как вы думаете, какова задача кожи, она покрывает тело для красоты или ещё для чего-то?

– Да, главная задача кожи – защитная, она защищает от болезней. Когда мы бегаем, прыгаем или просто когда жарко, то на коже проявляется пот, скапливается жир, на них задерживается и копится пыль. Кожа становится грязной и уже не может защищать нас от микробов. А тут уже и до болезней недалеко! Грязное тело может принести вред здоровью, и, кроме того, грязные, неряшливые люди всегда неприятны всем окружающим. Поэтому кожу нужно мыть и за ней необходимо ухаживать.

Посмотрите сценку про девочку, которая не хотела умываться

**III. Открытие нового знания.**

**1.Сценкапро грязнулю.**

– Ах ты, девочка, чумазая

Где ты руки так измазала?

Чёрные ладошки, на руках дорожки.

– Я на солнышке лежала,

Руки кверху всё держала

Вот они и загорели.

– Ах ты, девочка, чумазая

Где лицо ты так измазала?

Кончик носа чёрный

Будто закопчённый.

– Я на солнышке лежала,

Носик кверху я держала

Вот он и загорел.

Девочка, нужно руки тебе помыть.

– Максим  мочалку  возьмет, и ладошки ей потрёт.

– Алина ватку возьмет, и носик ей потрёт.

– Не трогайте ладошки

Они не будут белые, они же загорелые.

– Давайте посмотрим на её руки.

А ладошки то отмылись.

– Да. Значит, это была грязь.

Наукой доказано, что через кожные покровы человека за неделю выделяется 300 г сала и примерно 7 л пота. Чтобы защитные свойства кожи не нарушались – эти выделения надо регулярно смывать. Вот почему надо содержать тело в чистоте.

-Поделитесь своими секретами ухода за кожей лица, рук, шеи.

– Давайте девочку научим правильно умываться.

Вспомним **алгоритм мытья рук.**

**(***работа в парах-с разрезной схемой мытья рук)*

• Сильно намочите руки.

• Пользуйтесь мылом.

• Намыливайте руки с обеих сторон.

• Намыливайте руки между пальцами.

• Полощите руки чистой водой.

• Вытирайте руки насухо полотенцем.

– Ребята, а в каких случаях нужно мыть руки?

– Прочитайте скороговорку.

**Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши!**

**Становись скорей под душ. Смой с ушей под душем тушь!**

–Давайте запомним и потренируемся быстро и четко рассказывать эту скороговорку *(дети рассказывают скороговорку).*

– Как вы думаете, к кому здесь обращается автор?

– Какое простое решение предложено испачкавшемуся человеку?

– Правильно! Помыться, это и есть основное правило личной гигиены.

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

2. Физкультминутка.

Чтобы быть здоровым, сильным

Мой лицо и руки с мылом,

Ты, дружочек, не ленись

На физкультминутку становись.

***«Пальчиковая гимнастика»***

1. "Моем руки": ритмично потирать ладошки, имитируя мытьё рук.

**Ах, вода, вода, вода! Будем чистыми всегда!**

1. "Стряхиваем водичку с рук": пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.

**Брызги - вправо, брызги - влево! Мокрым стало наше тело!**

1. "Вытираем руки": энергичные движения имитируют поочерёдное вытирание каждой руки полотенцем.

**Полотенчиком пушистым,**

**Вытрем ручки очень быстро.**

**IV. Предметы личной гигиены.**

Ребята, у меня в руках волшебный мешочек, в нем находятся друзья гигиены, а какие, узнаете, отгадав загадки.

Лёг в карман и караулю:

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос.**(Н*осовой платок*)**

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне

Пусть отмоет руки мне.**(*Мыло*)**

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю. (***Мочалка)***

Вытираю я, стараюсь

После бани паренька.

Всё намокло, всё измялось –

Нет сухого уголка.**(*Полотенце*)**

Целых 25 зубков,

Для кудрей и хохолков.

И под каждым, под зубком

Лягут волосы рядком.**(Р*асческа*)**

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.**(З*убная щётка*)**

*(По ходу работы учитель достает кусок мыла, зубную щетку, носовой платок, расческу, полотенце ,мочалку.)*

– Ребята, вам знакомы эти предметы? Для чего они нужны?

Все эти предметы личной гигиены.

**V. Первичное закрепление.**

**1.Работа в парах.**

– Какими из этих предметов должен пользоваться только один человек, а какими может пользоваться вся семья?

*(Проверка*– *сигнальными кругами)*

Полотенце и расческа,

Стакан и зубная щетка,

Быть всегда должны своими!

Ты не пользуйся чужими!

**2. Игра «что с чем дружит»***(Работа в парах с карточками)*.

– С чем дружит**нос…, туфли…, ногти…, волосы.., зубы…?***(соедини*

*стрелочками).*

Проверка.

–Послушайте стихотворение про крокодила, который не любил чистить зубы:

В африканской речке Нил

Жил зеленый крокодил.

У него такая пасть –

Не желай туда попасть.

В пасти той зубов не счесть –

Сотен пять, а может шесть.

И, конечно, крокодил

Чистить зубы не любил:

Для огромной пасти

Нужно много пасты,

Чистить нужно целый день –

Крокодилу просто лень.

Может Доктор Айболит

Крокодила убедит?

Добрый доктор приходил,

Крокодилу говорил:

«Если сто зубов подряд

Вдруг однажды заболят,

Крокодил поймет тогда,

Где ждала его беда!»…

Почему стал белым Нил? –

Чистит зубы крокодил!

– Давайте откроем секрет, как правильно чистить зубы.

VI**. Просмотр мультфильма «Доктор стоматолог».**

– А вы дружите с зубной щёткой?

– Так почему же надо чистить зубы?

– Сколько раз в день нужно чистить зубы?

–Похлопайте в ладошки, кто из вас, ребята, чистит зубы каждый день утром и вечером?

– Молодцы.

– Мы с вами повторили, как надо мыть руки, умываться, чистить зубы. Еще раз посмотрите на все предметы, лежащие у меня на столе.

Какие предметы нужны, чтобы умыться? *(мыло и полотенце).*

А какие предметы нужны чтобы почистить зубы? *(зубная щётка и зубная паста).*

VII. Физкультминутка для глаз.

VIII. **Конкурс "Собери пословицу".**

–Мудрые мысли люди заключали в пословицы. Давайте выполним следующее задание, попробуйте соединить пословицы.

– Найдите на стенах класса продолжение пословиц, начало которых вы видите на доске. Соберите и объясните их смысл.

Чистая вода (для хвори беда.)

Чистота – (залог здоровья).

Береги платье снову…(а здоровье-смолоду).

В здоровом теле… (здоровый дух)!

Ребята, а как вы думаете, что объединяет все эти пословицы?

IX. **Игра «Советы».**

–А сейчас давайте немного с вами поиграем и заодно закрепим знания, которые получили сегодня на уроке.

Я вам дам сейчас советы

Если дам совет хороший

Вы похлопайте в ладоши

На неправильный ответ,

Говорите хором «Нет!».

Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный

Он совсем-совсем невкусный

Лучше ешьте шоколад,

Вафли сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Говорила маме Люба:

Я не буду чистить зубы

И теперь у нашей Любы

Дырка в каждом, в каждом зубе.

Будет ваш, какой ответ?

Молодчина Люба?

Навсегда запомните, милые друзья

Не почистив зубы спать идти нельзя,

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Чтобы зубы укреплять,

Полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет?

Молодцы ребята!

X. **Рефлексия.**

Итак, мы сегодня узнали, что же необходимо делать для того, чтобы укрепить свое здоровье, как быть опрятным и нравиться другим людям.

- Пригодятся ли вам знания сегодняшнего урока в дальнейшем?

-Какой совет дали бы себе?

– Перед вами чистый лист бумаги. Нарисуйте на нем солнышко, если вам понравилось сегодня на уроке, тучку – если что-то не получилось, и дождик, если совсем было скучно.

– А сейчас закройте глаза и попробуйте расслабиться. Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик …Обдувает шарик …, ласкает шарик … Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь друг другу.

– Наш урок подошел к концу. И закончить его я хочу следующими словами:

Каждый твёрдо должен знать:

Здоровье надо сохранять!

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

Всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомни, ведь здоровье

В магазине не купить!