**Тема. Чистота – запорука здоров’я. Правила особистої гігієни. Догляд за своїм тілом.** **Практична робота. Як правильно мити руки.**

**Мета.** **СЛАЙД 2**

* Формувати в учнів уявлення про гігієну;
* познайомити з правилами особистої гігієни;
* учити доглядати за своїм тілом, волоссям, руками;
* формувати уміння правильно мити руки;
* навчити розпізнавати предмети загальної та особистої гігієни;
* виховувати охайність, бережливе ставлення до води.

**Обладнання.** мило, рушник, зубна щітка, паста; кольорові олівці, аркуш паперу, вологі серветки у кожного учня; 5 конвертів із завданнями, презентація

**Форма проведення:** урок-майстерня

**Хід уроку**

1. **Організація класу.**

*Закінчилася перерва,*

*Продзвенів чаклун-дзвінок.*

*А тепер усі швиденько*

*Налаштуйтесь на урок.*

- Сьогодні у нас незвичайний урок,  урок  – майстерня.

**СЛАЙД 3**

- Що роблять у майстернях? *( шиють взуття, одяг, сумки; у майстерні діда Мороза виготовляють ялинкові прикраси).*

- Ми з вами на уроці виготуємо правила … Правила чого, ви мені скажете, як послухаєте казку.

1. **«Індукція» («наведення») - створення емоційного настрою, включення підсвідомості**. **Мотивація навчальної діяльності**

**СЛАЙД 4**

Жили-були мікроби – рознощики різних хвороб. Найбільше на світі вони любили бруд. Чим брудніше, тим їм було приємніше і тим більше їх ставало. Ось на столі хтось залишив невимиті тарілки, крихти, шматочки хліба. Тут як тут муха. А на її лапках сотні мікробів. Особливо якщо вона прилетіла з смітника. Муха полетіла, а мікроби залишилися лежати на столі, на тарілці, на ложках і думають:

– Як добре, що на світі є бруднулі і мухи. І стало мікробам роздолля. І на руки можна потрапити, і в рот до людини. А там вже і до хвороби рукою подати!

- Яка головна думка цієї казки? *(Мікроби – носії хвороб, через брудні руки мікроби потрапляють в людину і несуть їй хворобу)*

**СЛАЙД 5** - Що допомагає нам перемогти мікроби? *(вода і мило)*

**СЛАЙД 6** - Яка тема уроку, на вашу думку? *(Чистота – запорука здоровя)*

Сьогодніна уроці ми з вами складемо правила особистої гігієни шкіри, рук, зубів.

* Чи важливі ці правила для тебе?

**ІІІ. Творчий процес – робота з матеріалом**

**1. Деконструкція - змішання, розкладання, розгортання;**

**СЛАЙД 7** - Як ви думаєте, перед тим, як готувати їжу, кухар миє руки?

А лікар перед операцією?

**СЛАЙД 8 *Додайте своє слово у віршик***

*Про чистоту хто всюди дбає,   
 Завжди здоров’я добре … (має).   
 І настрій в того просто … (гарний),   
 І в світі він живе не марно*.

**СЛАЙД 9 *Склади слово із складів на мильних бульбашках.*** Що воно значить?

(*гігієна)*

**СЛАЙД** **10** Слово «гігієна» - **це** **наука** **про** здоров'я людей, здоровий спосіб життя.

**Особиста гігієна - це догляд за чистотою свого тіла.**

Однією з найголовніших вимог гігієни є чистота.

Народна мудрість каже: ***«Чистота – запорука здоров’я»***

- Що є головним захисником твого тіла відзбудників хвороб? (*чистота)*  
**2. Самоконструкція (індивідуальне створення гіпотези, рішення, тексту)**

**СЛАЙД 11 Прийом «Символізація»**

***Відгадайте загадки, а відгадки намалюйте символами.***

*Білих 30 зубчиків для кучерів і чубчиків,*

*По голівці ходить – волосся в порядок приводить*  *( Гребінець)*

1. *Ліг в кишеню і вартую:*

*Плаксі, реві та бруднулі*

*Витру вранці струйки сліз,*

*Не забуду і про ніс ( носовичок)*

1. *Мию, мию без жалю.   
   Мию там, де брудно.   
   А водичку не люблю,   
   Бо від неї худну. (Мило)*
2. *Гарно вмилася Марічка,   
   Витирає руки, личко...   
   Всіх охайних діточок   
   Витирає .......... (Рушничок)*
3. *Гумова Акулинка   
   Пішла гулять по спинці.   
   Поки вона гуляла,   
   Спинка рожевою стала. ( Губка)*
4. *Щетинкова голівка   
   Залазить у наш рот,   
   Рахує наші зубки,   
   Знімає з них наліт. (Зубна щітка)*
5. *Колюча, наче їжачок ,*

*Штанці почистить, піджачок. (Одежна щітка)*

* Які речі потрібно мати, щоб бути чистим і здоровим? Дивлячись на свої символи, згадайте ці речі.

**СЛАЙД 12 *Практична робота в парах***

* Я вам роздаю вологі серветки. Витріть свої руки. Подивіться на чисту серветку і на ту, якою тільки що витерли руки. Що ви бачите? Чому так сталося?

**СЛАЙД 13 *Прийом «Вживання»***

* Уяви собі, що ти зміг розгледіти на своїй руці мікроб. Який би він був?
* Намалюйте свій уявлений мікроб.

***Прийом «Прес»*** - Звідки беруться мікроби на наших руках?

*Ми вважаємо, що …*

Прийшовши до школи ми з вами за все беремося: торкаємося руками до ручки від дверей, відвідуємо туалет. Тому на наші руки потрапляють мікроби.

Не беріть руки до роту, а постійно слідкуйте за чистотою рук.

**СЛАЙД 14 *Робота в парах Метод «Якщо б …»*** Уяви, що людина опинилася на безлюдному острові. У неї немає предметів особистої гігієни. Який вигляд матиме ця людина через рік?

**СЛАЙД 15 Фізкультхвилинка** Показувати і масажувати органи про які йде мова.

* Кран, відкрийся!
* Ніс, умийся!
* Мийтесь, очі,
* Мийтесь, вушка,
* Шийка, мийся
* Мийся, шийка!
* Мийся, мийся,
* ОБЛИВАЙСЯ!
* Бруд, ЗМИВАЙСЯ!
* БРУД! ЗМИВАЙСЯ!

1. **СЛАЙД 16 Соціоконструкція (побудова елементів групою)**

На різних уроках ми розглядаємо багато картин, малюнків, таблиць. Сьогодні я  пропоную вам виготовити свою  таблицю про чистоту тіла. Ви вибираєте малюнки-заготовки, обдумуєте, яку таблицю ви хочете виготовити, створюєте правило-ілюстрацію. Тут ви проявите свою творчість, винахідливість.

***Робота в групах (5 хвилин)***

**СЛАЙД 16 Група 1**

**Скласти правила про догляд за шкірою та волоссям**

Вибирають потрібні малюнки і наклеюють їх на аркуш: *діти умиваються, чистять зуби, причісуються, застеляють ліжко, снідають і прибирають посуд, одягаються, читають*

**СЛАЙД 17 Група 2**

**Вибрати предмети індивідуального користування** серед малюнків

(*Гребінець, ложка з виделкою, шампунь, гольниця, мило, зубна щітка, носовичок, м’яч, рушник, зубна паста, щітка)*

**СЛАЙД 18 Група 3**

**Скласти правила про догляд за руками, нігтями.**

Розкажіть, коли треба мити руки, використовуючи малюнки в зошиті с.15. Покажіть, як треба мити руки:

**СЛАЙД 19 Група 4**

**Скласти правила про догляд за зубами**

Розкажіть, коли треба чистити зуби. Покажіть, як це робити

**СЛАЙД 20 Група 5**

**Зберіть вислів про гігієну і поясніть її зміст.**

Мийся, не бійся, води, щоденно (*Води не бійся-щоденно мийся)*

1. **СЛАЙД 21 Афішування (Показ виробів)**

Хто закінчив роботу, вивішує таблицю, презентує її, розглядає таблиці інших

**СЛАЙД 22 Група 1**

За малюнками розповідають правила, щобшкіра була чистою і здоровою:

**-** раз на тиждень ретельно мий усе тіло з милом і мочалкою;

- після сну мий руки, обличчя, шию, вуха;

- перед сном приймай душ.

- волосся необхідно мити в міру забруднення,

- прочісувати власним гребінцем або щіткою 2-3 рази на день.

- Зачіски у дівчаток і хлопчиків повинні бути зручними і охайними.

**СЛАЙД 23 Група 2**

**Вибрати предмети індивідуального користування** серед малюнків (*Гребінець, зубна щітка, носовичок, рушник, ложка з виделкою)*

**СЛАЙД 24 Група 3**

За малюнками розповідають правила, **коли треба мити руки**, а потім показують, як це робити.

1) Засучити рукава вище ліктів.

2) Відкрити не сильно кран і змочити руки.

3) Намилити руки до утворення піни.

4)Коловими рухами долонь добре розмилити мило по руках і між пальцями.

5) Ретельно змити мильну піну

6) Витерти руки насухо.

Ми повинні постійно стежити за чистотою рук. Руки треба мити з милом

- перед їжею,

- після відвідування туалету,

- ігор з тваринами,

- якщо ви звідкись прийшли,

- після брудної роботи.

- Нігті на руках слід підстригати 1 раз на тиждень, а на ногах – 1 раз у два тижні.

- Ніколи не гризти нігті.

**СЛАЙД 25-27**

**Група 4 Показують і розказують, коли і як чистять зуби**

1) Чистити зуби треба вранці та ввечері перед сном.

2)На зубну щітку видавлюємо трішки зубної пасти.

3)Рухами знизу – вгору чистять нижні зуби, зверху – вниз – верхні зуби. Коловими рухами щітки чистять зовнішню і внутрішню поверхні кутніх зубів.

4)Коли почистите зуби, щітку вимийте з милом і поставте сушитися догори щетиною

5)Ніколи не чистіть зуби чужою щіткою.

6)Після вживання їжі слід полоскати рот теплою водою.

7) Не колупайтеся між зубами металевими предметами.

8)Зубну щітку змінюйте 4 рази на рік.

9) Два рази на рік треба приходити в лікарню і перевіряти зуби.

**СЛАЙД 28 Група 5**

**Зберіть вислів про гігієну і поясніть її зміст.**

*Води не бійся - щоденно мийся.*

1. **СЛАЙД 29 Розрив** (**внутрішнє усвідомлення невідповідності колишнього знання новому.)**

- Чи маєш ти зараз носовичок? Чому ні? Для чого тобі потрібна носова хустинка?

- Скільки разів і коли ти сьогодні мив руки? Як ти гадаєш, що важливіше: економити воду чи мити часто руки?

-  Що ти робиш кожного ранку самостійно, щоб бути чистим?

- Як ти вважаєш, чому потрібно бути щодня чистим і охайним? *(Чистота потрібна, щоб перемагати небезпечних ворогів людини – збудників хвороб.)*

**ІV. СЛАЙД 30**

**Рефлексія** **(відображення почуттів, відчуттів, що виникають в учасників.)**

-        Закінчує роботу наша майстерня. Які побажання майстрам ти хотів б висловити? *(використовувати правила гігієни)*

- Який висновок про себе ти зробив, ставши учнем майстерні? *(я можу сам доглядати за чистотою свого тіла)*

- Чи складні правила гігієни?Я маю надію, що ви всі будете виконувати вимоги особистої гігієни, будете слідкувати за своєю чистотою.

**Додаток до уроку**

**Смішинки-веселинки**

**Жирафа**

Побачивши в зоопарку жирафу, Славко мамі сказав:

* От добре, що я на неї не схожий!
* А то чого?
* Еге, довелося б щодня мити таку довгу шию.

**Хочеш їсти — мийся**

* Я не буду, мамо, митись —  
  Можна знову забруднитись...
* То й не треба їсти, Вово, —  
  Все одно захочеш знову.

**Кмітливий онук**

* Бабусю, почитай мені газету,— просить хлопчик.
* Як же я тобі, рідненький, читатиму, коли я вже літер не бачу?

То давай я буду на літери дивитись, а ти читай.