

## Беседа по теме «Чистота и порядок»

**Цель:** обобщение и систематизация знаний учащихся о правилах здорового образа жизни формирование убеждения о пользе здорового образа жизни.

**Задачи:**

- познакомить с принципами здорового образа жизни;
- закрепить знания и умения по соблюдению личной гигиены;
- прививать навыки аккуратного обращения с принадлежностями личной гигиены;
- развивать внимание, воображение, творческое мышление, умение слушать и уважать мнение своих товарищей;
- воспитывать стремление к чистоте, бережное отношение к жизни и здоровью;

### Ход занятия:

#### 1. Организационный момент.

Приветствие детей.

#### 2. Сообщение темы беседы.

- Ребята, сейчас я прочитаю вам стихотворение, а вы догадайтесь, о ком идёт речь:

*Все собаки знают Ваню и рычат издали:  
Он обходится без бани, он отвык от гребешка,  
Никогда в его кармане носового нет платка.  
Тротуар ему не нужен! Растегнувши 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 клочок.  
Мне, признаться, непонятно: что он делал? Где он был?  
Как на лбу возникли пятна? Кто он этот ученик?*

- А вы, ребята, догадались, как можно назвать этого ученика? (*неряха, грязнуля*)
  - Правильно. Что надо делать, чтобы не стать похожим на этого мальчика? (мыть руки, умываться, чистить зубы, стирать одежду и т.д.)
  - Молодцы! Мы поговорим о правилах личной гигиены, о нашем здоровье. Нас ждет много интересного, полезного и занимательного
- На доске записана пословица: «Чистота – залог здоровья».
- Прочитайте пословицу и скажите, как бы вы объяснили смысл этих слов?
  - А можно сказать, что наш герой знает эту пословицу?
  - Ребята, а когда нужно мыть руки и почему?

#### 3. Музыкальная пауза.

- Ребята, сейчас у нас пройдет музыкальная пауза (включается фонограмма для частушек)

1. *Я под краном руки мыла,  
А лицо помыть забыла.  
Увидал меня Трезор,  
Зарычал: «Какой позор!»*
2. *Поленился утром Вова  
Причесаться гребешком.  
Подошла к нему корова  
Прилезала языком.*
3. *Коля ссорится с друзьями,  
В ход пускает кулаки.  
У задиры под глазами  
Не проходят синяки.*

– Ребята, а есть среди вас такие же, как герои частушек?

#### 4. Встреча с гостем.

– Сейчас к нам придет один гость. А имя его вы угадаете, если правильно сложите буквы.

*Р ы д о й м о д (Мойдодыр)*

(включается запись со стихотворением К.И. Чуковского «Мойдодыр»)

#### 5. Загадки.

А сейчас я хочу вам предложить провести конкурс загадок. Если вы сможете угадать, о ком идёт речь в загадках, вы узнаете кто друзья у «Мойдодыра».

1. Ускользает как живое,  
Но не выпущу его я,  
Белой пеной пенится  
Руки мыть не ленится. (*Мыло*)
2. Пластмассовая спинка,  
На брюшке щетинка,  
По частоколу попрыгала  
Всю грязь повыгнала. (*Зубная щётка*)
3. Целых двадцать зубков для кудрей и хохолков.  
И под каждым зубком лягут волосы рядком. (*Расческа*)
4. Лёг в карман и караулю  
Рёву, плаксу и грязнулю.  
Им утру потоки слёз,  
Не забуду и про нос. (*Носовой платок*)
5. Там, где губка не осилит,  
Не домоет, не домылит,  
На себя я труд беру:  
Пятки, локти с мылом тру,  
И коленки оттираю,  
Ничего не забываю. (*Мочалка*)
6. Говорит дорожка -  
Два вышитых конца:  
«Помойся хоть немножко,  
Чернила смой с лица!  
Иначе ты в полдня  
Испачкаешь меня». (*Полотенце*)
7. И сияет, и блестит,  
Никому оно не льстит, -  
А любому правду скажет -  
Всё как есть ему покажет. (*Зеркало*)

– Ну что, ребята, вы теперь знаете кто друзья у «Мойдодыра». Может, вы хотите ещё добавить? (дети предлагают варианты).

– А как можно назвать все эти слова одним словом? (*принадлежности личной гигиены*)

#### 6. Беседа по сказке о микробах.

– Послушайте «Сказку о микробах».

*Жили – были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось.*

*Вот на столе кто – то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Ту как тут муха. А на её лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе – на тарелке, на ложках, на хлебе и думают:*

*«Как хорошо, что на свете есть грязнули и мухи». И стало микробам раздолье. И на руки можно попасть, и в рот человеку. А там уж и до болезни рукой подать!*

*Тут прибежал мальчик Сережа с улицы, и схватил грязными руками кусочек хлеба со стола, и в рот! А на следующий день у него заболел живот и поднялась температура.*

– Как вы думаете, ребята, почему заболел Сергей? Что он неправильно сделал?

– Как ещё попадают микробы в организм человека?

*(при чихании и кашле не прикрывает рот и нос, микробы разлетаются на 10 метров, пользуется чужими вещами, не моет овощи и фрукты, не закаляется, то есть организм ослаблен)*

– Что помогает нам победить микробов? *(Вода)* С водой надо дружить. Вода – это доктор.

– Как вы думаете, повар (или мама) перед тем, как готовить пищу, моет руки? А врач перед операцией? А портной?

– Что нужно, чтобы как следует вымыть руки? *(Мыло, вода и чистое полотенце)*

– Да, Вода и Мыло – настоящие друзья. Они помогают уничтожить микробы.

– Как следует мыть руки?

## **7. Полезные советы.**

### **Советы доктора Мыла.**

- Сильно намочите руки
- Пользуйтесь мылом
- Намыливайте руки с обеих сторон
- Намыливайте руки между пальцев
- Смойте руки чистой водой
- Вытирайте руки насухо полотенцем

### **Советы доктора Воды.**

- Мойте руки перед едой
- Раз в неделю мойтесь основательно, а душ принимайте каждый день
- Утром, после сна, мойте руки, лицо, шею, уши
- Каждый день чистите зубы перед сном
- Обязательно мойте руки после: уборки комнаты, туалета, игр, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте

### **Пожелания всех докторов.**

Мы желаем всем ребятам 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 парк ходите, он вам силы даст, друзья!

Мы открыли вам секреты как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!

Здоровье человека – это главная ценность жизни каждого из нас. Его нельзя купить ни за какие деньги и ценности. Здоровье перевешивает все остальные блага жизни. Если нет здоровья, нет счастья, нет настроения, поэтому очень важно вести здоровый образ жизни, соблюдать чистоту, правильно питаться, соблюдать режим дня и заниматься спортом.

## **8. Итог занятия – заучивание девиза:**

*Я здоровье сберегу! Сам себе я помогу!!!*