**Соціально-побутове орієнтування.**

**Про охайність. Частини тіла людини. Волосся, шкіра, нігті. Догляд за ними. Практичні заняття**

**Мета:** ознайомити учнів із правилами догляду за тілом та руками, волоссям; розширити знання про шкіру людини, її роль у життєдіяльності всього організму; ознайомити з основними правилами загартування організму; розвивати уважність, активність, мовлення; виховувати дбайливе ставлення до свого здоров'я.

**Підготовка до сприймання нового матеріалу**

- Відгадайте, хто це говорить.

● Я — друг у справі чистоти  
Але я худну від води. *(Мило)*

● Свої чорні ручку і ніжки  
Не потер він мною й трішки.*(Мочалка)*

● Я прозора, холодненька,  
А буваю ще й тепленька.  
Мною, діточки, вмивайтесь  
І здоровими зростайте. *(Вода)*  
  
- Діти, чи користуєтеся ви милом, мочалкою, рушником, водою?  
  
- Навіщо ви їх використовуєте?

**Повідомлення теми та завдань заняття**  
  
- Сьогодні ми дізнаємося про правила догляду за своїм тілом та руками. Навчимося дотримувати цих правил, адже без них ви не будете здоровими.

***         ***

***Завдання***  
  
1) Розширити свої знання про шкіру людини, її роль у житті всього організму.  
  
2) Навчитися дотримувати правил гігієни тіла та рук.  
  
3) Ознайомитися з правилами загартування свого тіла.  
  
4) Удосконалити навички особистої гігієни кожного.



**Продовження роботи за темою заняття**

**1. Основні правила загартування**

- Відгадайте загадки.

● Нас промінням зігріває                                ● Ми вдихаєм, видихаєм,  
І засмагу з нього маєм                                       І легені розвиваєм,  
Відгадайте, що це?                                             З нього ванни не приймаєм,  
Ну, звичайно... *(сонце).*                                    Як же його називаєм? *(Повітря)*

● Нею миємось щодня.  
   Це основа є життя.  
   Як нема її — біда!  
   Звісно, діти, це... *(вода).*

**2. Слухання вірша**

Сонце стукає в віконце,  
Ти не спи, як сходить сонце,  
Прокидайся — й на зарядку.  
А з зарядки — та й на кладку,  
Через кладку на лужок,  
А з лужечка — та й в садок.  
                                         М. Стельмах

**3. Бесіда**

- Сонце, повітря і вода допоможуть загартуватися твоєму організму. Загартування запобігає хворобам і поліпшує самопочуття. Щодня після фізичної зарядки приймайте душ або мийтеся до пояса і ретельно обтирайтеся рушником. Водночас стежте за тим, щоб вода щоразу ставала холоднішою.

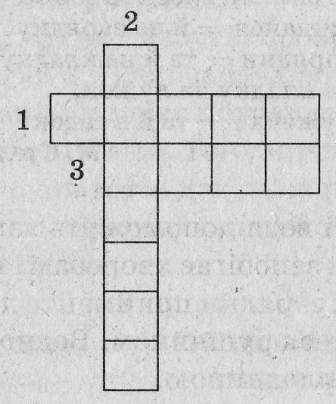
Гуляйте на свіжому повітрі щодня, а за дощової погоди перебувайте під навісом. Улітку приймайте сонячні ванни.

- Згадайте «Казку про Іллю Муромця та Солов'я-розбійника». Звідки Ілля Муромець брав сили? *(Із природи)*

- Якщо ми загартовуватимемо свій організм, то будемо здоровими.

**Гра «Упізнай на дотик»**

У мішечку лежать мило, гребінець, рушник, яблуко, ручка. Учні мають за допомогою дотику впізнати речі.

**Розгадування кросворда**  
  
  
  
1. Всі його люблять, всі його чекають,  
А хто подивиться — кожен скривиться.  
  
2. Куди ступиш, всюди маєш,  
Хоч не бачиш, а вживаєш.  
  
3. Відома з віку рідина,  
Усяк її вживає,  
Буває хмаркою вона,  
Пушинкою буває,  
Бува, як скло, крихка, тверда —  
Звичайна, підкажіть...  
  
***Відповіді:*** 1. Сонце. 2. Повітря. 3. Вода.



**iry\_na\_zigulia1101@ukr.net**