

Внеклассное мероприятие
Советы Айболита «Берегите здоровье»

Цель:

- формирование культуру здоровья учащихся, уважительное отношение к своему телу и своему здоровью.

Задачи:

- объяснить учащимся значение соблюдения правил личной гигиены;
- формировать привычки выполнения гигиенических требований;
- определить значение воды в жизни человека;
- воспитывать осознанное выполнение правил
- гигиены для сохранения собственного здоровья.

- Здравствуйте, ребята!

Остановка «В гостях у Мойдодыра».

В школе есть у нас закон:

Вход неряхам запрещен,

Хлопну я в ладоши: раз, два, три!

Вот мои помощники, посмотри!

1. Я маленький, я гладенький,

Покорный, неспесивый,

А в скачке пеной брызгаю,

Как дикий конь ретивый. (показывает мыло)

2. Зубаст, а не кусается. Как он называется? (показывает гребешок)

3. Будь аккуратен, забудь лень, чисти зубы каждый день. (показывает зубную щетку и пасту)

4. Если мальчик любит мыло и зубной порошок,
этот мальчик очень милый, поступает хорошо.

5. Да здравствует мыло душистое, И полотенце пушистое,
И зубной порошок, И густой гребешок.

Игровое упражнение «Улыбка».

Учитель предлагает детям посмотреть друг на друга и улыбнуться.

Игровое упражнение «Мое настроение»

Ученики выбирают цветную карточку-настроение и крепят её на «Дерево-настроение».

– Отгадайте загадку:

Кто в дни болезней всех полезней

И лечит нас от всех болезней? (Доктор)

– Какого сказочного доктора вы знаете? (Доктор Айболит)

Просмотр мультфильма «Доктор Айболит»

-Ребята, а кого лечил доктор Айболит?

-А как узнать, что перед нами стоит доктор?

-Как называют людей, которые посещают врача?

-Кто из вас был пациентом?

-Кто вас лечит, когда вы болеете?

Ребята у меня есть волшебная палочка. Давайте посмотрим, что она умеет. Превращаюсь в доктора.

Игра.

А сейчас мы с вами поиграем в игру «Кто быстрее найдет предметы, принадлежащие врачу»

(Учитель раздает каждому ребенку карточку с изображением доктора и изображение разных инструментов, которыми пользуются люди различных профессий врачей. Детям необходимо соединить картинки с нарисованными медицинскими предметами и картинку врача).

(Инструменты: Фонендоскоп, шприц, градусник, вата, бинт, шпатель для осмотра горла, грелка, горчичники, йод, зеленка, мази, микстура, таблетки, зеркало для осмотра носоглотки, таблица для проверки зрения, ростомер)

ПРОВЕРКА ПРАВИЛЬНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЯ.

-Ребята, к кому мы обращаемся, если у нас заболел зуб?

Послушайте стихотворение

Кушать слишком много шоколада
Вредно для зубов – все говорят.
Но ведь детям-то для счастья надо
Килограмм конфет и мармелад.
Я не верю "взрослому" совету,
И зубной я боли не боюсь.
Лучше съем еще одну конфету.
Ой! Мой зуб! Спасите, я сдаюсь!
Это очень, очень, очень больно,
Что же делать мне? Куда бежать?
Хватит боль, отстань! Ну все, довольно!
Я готов уже и плакать и кричать.
Маме рассказал про это горе,
А она меня в больницу отвела.
Я боюсь! Ну что же будет вскоре?
Боль уже до слезок довела.
Вот он стоматолог, мой спаситель!
Вырвал зуб и боли нету вдруг.
Звания достоин "Победитель",
Он теперь мой самый лучший друг!
А еще усвоил я уроки:
Сладости зубам наносят вред.
Да и боль, совсем она жестока,
Лишь приносит слишком много бед.

Основные правила сохранения зубов здоровыми:

- Чистите зубы 2-3 раза в день по три минуты
- Меняйте зубную щетку 4 раза в год
- Полощите рот после еды
- Посещайте стоматолога не менее 2-х раз в год, а при необходимости и чаще
- Питайтесь 3-4 раза в день, употребляя больше овощей, фруктов и зелени.

Психологический настрой. Весёлая минутка.

Дети имитируют движения хомячка.

*Хомка, Хомка, хомячок,
Полосатенький бочок.
Хомка раненько встаёт,
Щёки моет, шейку трёт.
Подметает Хомка хатку
И выходит на зарядку.*

*Раз, два, три, четыре, пять!
Хочет Хомка сильным стать.*

Сказка 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 невымытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут 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!

- Подумайте, что в этой сказке, правда, а что вымысел?

- Что помогает победить микробов? (Вода)

С водой надо дружить. Вода – доктор. Без воды человек не может жить. Да, вода и мыло – настоящие друзья. Они помогают уничтожить микробы.

Практическая работа.

Демонстрируют воспитанники.

«Как правильно мыть руки» Остановка «В гостях у доктора Чистюлькина».

(Театр. Открывается занавес.)

У доктора Чистюлькина живет Каркуша.

Каркуша:

Здравствуйте, ребята!

Вы любите из песка что-нибудь строить, полоть грядки. От всякой работы руки становятся грязными. И ничего страшного – даже хорошо, что руки от работы пачкаются. Но соблюдайте простое правило: после любой работы руки надо вымыть. Если мы не будем соблюдать правила, то с нами могут случиться различные неприятности. Послушайте, пожалуйста, советы

доктора Чистюлькина. *Входит доктор Чистюлькин. Рассказывает: **Советы доктора Чистюлькина.***

1. Если случайно потереть глаза грязными, то можно занести туда инфекцию, и глаза воспалятся.

2. На грязной коже находится множество микробов, которые так и норовят заползти в какую-нибудь маленькую царапинку на коже. В таком случае возникает воспаление.

3. За едой можно нечаянно облизать грязные пальцы, а от этого легко заболеть.

Каркуша: А как вы моете руки? Оказывается, многие ребята не умеют мыть руки. Придут с улицы – и к крану, пустят воду, ладошку о ладошку чуть-чуть потрут без мыла и к полотенцу тянутся, грязь на нем и останется.

Послушайте памятку доктора Чистюлькина как правильно мыть руки.

Входит доктор Чистюлькин и рассказывает:

Правила доктора Чистюлькина, как правильно мыть руки.

1. Закатай рукава.

2. Намочи руки.

3. Возьми мыло и намыль руки до появления пены.

4. Потри не только ладошки, но и тыльную их сторону.

5. Смой пену.

6. Проверь, хорошо ли вымыл руки.

7. Вытри руки полотенцем.

8. Проверь, сухо ли вытер руки, - приложи тыльной стороной к щеке.

- Сильно намочите руки;
- Намыльте их с обеих сторон и между пальцев;
- Прополощите чистой водой;
- Вытрите насухо полотенцем.

Дети обводят свою ладошку. Затем сдуваем микробы с рук.

Чтение стихотворения.

*Мышка плохо лапки мыла:
Лишь водичкою смочила,
Мылом мылить не старалась
И на лапках грязь осталась.*

*Полотенце в чёрных пятнах!
Как же это неприятно!
Попадут микробы в рот –
Может заболеть живот.*

*Милый друг, запомни это –
Руки после туалета
Вымой тёплой водой,
Всех микробов сразу смой.*

*Чтобы не попали в рот,
Чтоб не заболел живот,
Чтоб с тобой, мой друг, беда,
Не случилась никогда!*

*Так что, детки, постарайтесь,
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо тёплой водой
Руки мыть перед едой!*

Рефлексия. Игровая ситуация.

Бывают на свете такие дети, которые делают всё наоборот. Для них придумал «Вредные советы» Г. Остер.

*Ох, чистюля наша кошка
Лижет лапки, лижет хвостик.
Только выйдет погулять,
Смотришь, грязная опять.
Хоть, я вовсе не котёнок,
А сознательный ребёнок,
Утром вымыл, как всегда.
Руки, уши и глаза.
А под вечер всё опять
Надо с мылом оттирать.
Только вымоешь лицо –
Смотришь, грязное оно.*

*Постоянно всё пылится.
Так зачем нам долго мыться?
Лучше в парке погулять
Или танк нарисовать,
Или съесть кусочек пиццы.
Ну, зачем мне снова мыться?
Нет, ребята, не старайтесь,
Часто так не умывайтесь.*

Если не дружить с водой, можно заболеть. И тогда микробы могут вызвать инфекционное заболевание. Появятся симптомы кишечного заболевания:

- высокая температура;
- расстройство кишечника;
- и другие.

И тогда надо вызвать врача, а в экстренных случаях

СКОРУЮ ПОМОЩЬ - 03

Итог занятия.

Давайте вспомним всех врачей, с которыми мы сегодня познакомились.

- как называется врач, который лечит детей?
- у какого врача в кабинете висит табличка, с помощью которой можно проверить зрение?
- кто из врачей учит правильно чистить зубки?
- к какому врачу нужно обратиться, если сильно заболели ушко, горлышко или носик?
- Вот и познакомились мы с профессией врача. На самом деле специальностей у врачей гораздо больше. Постепенно мы познакомимся и с другими.

Игровое упражнение «Мое настроение» (Ученики выбирают цветную карточку-настроение и крепят её на «Дерево-настроение»).

Учитель анализирует изменение настроения учеников в ходе занятия.