***Устный журнал: «Правила личной гигиены».***  
**Цель:** создание условий для формирования ценностного отношения школьников к своему здоровью  
**Задачи:** помочь ученикам осознать важность разумного отношения к своему здоровью; способствовать укреплению здоровья детей; развивать навыки работы в парах, в группах, коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь; воспитывать культуру поведения и общения.

Ход классного часа

Д Кто много читает, тот много знает

Станицы журнала:

1. Игровая; 2. Театральная; 3. Сказочная; 4. Познавай-ка; 5. Художественная

- Послушайте загадку:

Ненавижу тряпки, щетки,

Забиваюсь я в углы,

Там, где пыль и пауки.

Чистоту я не терплю,

Тараканов, мух люблю,

И микробов обожаю!

Кто же я такая? (грязь)

1. Игра «Волшебный мешочек»

Давайте немного поиграем, а заодно и узнаем, с помощью чего можно справиться со злобными микробами и как победить грязь.

Я приготовила для вас вот такой волшебный мешочек. В нем спрятались предметы, которые помогают нам быть всегда чистыми и опрятными. Вам нужно узнать их закрытыми глазами.

Расческа, мыло, шампунь, мочалка, зубная паста, зубная щетка, носовой платок, зеркало, полотенце

2. Театральная. Сценка

**Девочка** Пустите! Что вам нужно от меня!?

**Мыло** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Где ты руки так измазала?  
Чёрные ладошки,  
На локтях - дорожки.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Руки кверху я держала.  
Вот они и загорели.

**Мочалка** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Где ты личико измазала?  
Кончик носа чёрный,  
Будто закопчённый.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Носик кверху я держала.  
Вот он и загорел.

**Мыло** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Ноги в полосы измазала,  
Не девочка, а зебра,  
Ноги- как у негра.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Пятки кверху я держала.  
Вот они и загорели.

**Мочалка** Ой ли, так ли?  
Так ли дело было?  
Отмоем всё до капли.  
Ну-ка, давай, мыло,  
Мы ее ототрем.

**рассказик** Громко девочка кричала,  
Как увидела мочалу,  
Царапалась, как кошка.

**Девочка** Не трогайте ладошки!  
Они не будут белые:  
Они же загорелые.

**Рассказчик** А ладошки-то и отмылись!

Оттирали губкой нос -  
Разобиделась до слёз.

**Девочка** Ой, мой бедный носик!  
Он мыла не выносит!  
Он не будет белый:  
Он же загорелый.

**Рассказчик** А носик- то тоже отмылся.

Отмывали полосы -  
Кричала громким голосом.

**Девочка** Ой, боюсь щекотки!  
Уберите щётки!  
Не будут пятки белые,  
Они же загорелые.

**Рассказчик** И пятки-то тоже отмылись.

**Мыло и мочалка** (вместе)  
Вот теперь ты белая,  
Ничуть не загорелая.

Ребята, догадались, какой загар был у девочки?

Как называют таких грязных, неряшливых детей?

А почему быть грязнулей плохо?

3. Сказочная

В каком государстве случилась эта история, сейчас уже никто и не вспомнит. Народ в государстве жил хороший. Фея Здоровье следила за здоровьем людей. Её сестра, фея Гигиена — за чистотой и гигиеной. Круглый год дети и взрослые спали с открытыми форточками, закалялись, принимали водные процедуры, делали зарядку.

В школе Красоты фея Гигиена давала уроки. Она рассказывала людям о том, что такое личная гигиена, как нужно ухаживать за своим телом. Она учила, что просыпаться утром и ложиться спать вечером надо с хорошим настроением.

Но вот однажды, под покровом ночи, злой колдун, не любивший людей, взмахнул тёмной палочкой, и вмиг в государстве пропали шампуни, мыло, губки, расчёски, мочалки, зубные щётки и зубные пасты. А главное, он призакрыл все краны с водой, и вода теперь текла слабенькой струёй. Люди не могли толком помыться, и ходили грязные, неухоженные. Именно тогда жители до конца оценили то, что гигиена – это здоровье, а вместе с ним и счастливая, радостная жизнь.

Две сказочные сестры, фея Здоровье и фея Гигиена пробовали противостоять злым чарам колдуна. Они пытались вернуть всё, необходимое для гигиены: щётки, мочалки, зубные пасты, мыло, шампуни, а также полностью отпереть воду, но у них ничего не получалось.

И тогда на помощь поспешила фея Природа. Она завернула русла рек, чтобы у людей был доступ к воде, устроила купальни, учила людей принимать воздушные ванны. И потихоньку жизнь вошла в нормальное русло.

А злого колдуна внезапно оставили силы. Он видел, что у него ничего не получается. Колдун надувался-надувался от злости, и, наконец, лопнул.

А в государстве всё вернулось на круги своя. Вода весело зажурчала в кранах. Предметы, необходимые для гигиены, возвратились на свои места. На полках шампуни плясали вместе с мылом, зубные щётки с зубными пастами, а губки — с мочалками.

И жизнь людей снова стала счастливой и радостной.

4. Познавай-ка

Личная гигиена – это **поведение человека, направленное на гигиеническое содержание тела (кожи, волос, ногтей, зубов), обуви и одежды, жилища, закаливание организма**. Является неотъемлемой частью здорового образа жизни. Первоочередным является соблюдение чистоты тела.

5. Художественная

Итог.

**Соблюдать личную гигиену — значит:**

* умываться утром и вечером;
* чистить зубы два раза в день зубной пастой и щёткой;
* принимать душ один раз в день;
* мыть голову два-три раза в неделю;
* ухаживать за ногтями на руках и ногах;
* мыть руки с мылом перед едой, после улицы и посещения туалета.

Закрывается наш журнал. Каждый человек сам должен заботиться о своём здоровье.

**Игровая**

**Теат-ральная**

**Сказоч-ная**

**Познавай-ка**

**Художес-твенная**



**Девочка** Пустите! Что вам нужно от меня!?

**Мыло** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Где ты руки так измазала?  
Чёрные ладошки,  
На локтях - дорожки.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Руки кверху я держала.  
Вот они и загорели.

**Мочалка** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Где ты личико измазала?  
Кончик носа чёрный,  
Будто закопчённый.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Носик кверху я держала.  
Вот он и загорел.

**Мыло** Ах, ты, девочка, чумазая,  
Ноги в полосы измазала,  
Не девочка, а зебра,  
Ноги- как у негра.

**Девочка** Я на солнышке лежала,  
Пятки кверху я держала.  
Вот они и загорели.

**Мочалка** Ой ли, так ли?  
Так ли дело было?  
Отмоем всё до капли.  
Ну-ка, давай, мыло,  
Мы ее ототрем.

**рассказик** Громко девочка кричала,  
Как увидела мочалу,  
Царапалась, как кошка.

**Девочка** Не трогайте ладошки!  
Они не будут белые:  
Они же загорелые.

**Рассказчик** А ладошки-то и отмылись!

Оттирали губкой нос -  
Разобиделась до слёз.

**Девочка** Ой, мой бедный носик!  
Он мыла не выносит!  
Он не будет белый:  
Он же загорелый.

**Рассказчик** А носик- то тоже отмылся.

Отмывали полосы -  
Кричала громким голосом.

**Девочка** Ой, боюсь щекотки!  
Уберите щётки!  
Не будут пятки белые,  
Они же загорелые.

**Рассказчик** И пятки-то тоже отмылись.

**Мыло и мочалка** (вместе)  
Вот теперь ты белая,  
Ничуть не загорелая

В каком государстве случилась эта история, сейчас уже никто и не вспомнит. Народ в государстве жил хороший. Фея Здоровье следила за здоровьем людей. Её сестра, фея Гигиена — за чистотой и гигиеной. Круглый год дети и взрослые спали с открытыми форточками, закалялись, принимали водные процедуры, делали зарядку.

В школе Красоты фея Гигиена давала уроки. Она рассказывала людям о том, что такое личная гигиена, как нужно ухаживать за своим телом. Она учила, что просыпаться утром и ложиться спать вечером надо с хорошим настроением.

Но вот однажды, под покровом ночи, злой колдун, не любивший людей, взмахнул тёмной палочкой, и вмиг в государстве пропали шампуни, мыло, губки, расчёски, мочалки, зубные щётки и зубные пасты. А главное, он призакрыл все краны с водой, и вода теперь текла слабенькой струёй. Люди не могли толком помыться, и ходили грязные, неухоженные. Именно тогда жители до конца оценили то, что гигиена – это здоровье, а вместе с ним и счастливая, радостная жизнь.

Две сказочные сестры, фея Здоровье и фея Гигиена пробовали противостоять злым чарам колдуна. Они пытались вернуть всё, необходимое для гигиены: щётки, мочалки, зубные пасты, мыло,

шампуни, а также полностью отпереть воду, но у них ничего не получалось.

И тогда на помощь поспешила фея Природа. Она завернула русла рек, чтобы у людей был доступ к воде, устроила купальни, учила людей принимать воздушные ванны. И потихоньку жизнь вошла в нормальное русло.

А злого колдуна внезапно оставили силы. Он видел, что у него ничего не получается. Колдун надувался-надувался от злости, и, наконец, лопнул.

А в государстве всё вернулось на круги своя. Вода весело зажурчала в кранах. Предметы, необходимые для гигиены,

возвратились на свои места. На полках шампуни плясали вместе с мылом, зубные щётки с зубными пастами, а губки — с мочалками.

И жизнь людей снова стала счастливой и радостной.

Личная гигиена – это **поведение человека, направленное на гигиеническое содержание тела (кожи, волос, ногтей, зубов), обуви и одежды, жилища, закаливание организма**. Является неотъемлемой частью здорового образа жизни. Первоочередным является соблюдение чистоты тела.

* умываться утром и вечером;
* чистить зубы два раза в день зубной пастой и щёткой;
* принимать душ один раз в день;
* мыть голову два-три раза в неделю;
* ухаживать за ногтями на руках и ногах;
* мыть руки с мылом перед едой, после улицы и посещения туалета.

## ***Правила***

***личной***

***гигиены***

## ***Правила***

***личной***

***гигиены***