

Урок в 1 классе на тему "Почему нужно чистить зубы и мыть руки?" Урок построен с соблюдением современных требований ФГОС, по программе "Школа России». На данном уроке ставились задачи:

- познакомить с основными правилами личной гигиены;
- учить правильно чистить зубы и мыть руки;
- развивать познавательный интерес, воображение и творческую активность.

Урок выстроен с соблюдением всех этапов, включая метапредметные и предметные УУД, ну и конечно же, с применением здоровьесберегающих технологий.

### **Урок в 1 классе**

**Тема:** «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?»

#### **Задачи:**

- познакомить с основными правилами личной гигиены;
- учить правильно чистить зубы, соблюдать правила личной гигиены;
- прививать навыки здорового образа жизни, развивать гигиенические навыки: мытье рук, чистка зубов, еженедельное купание;
- развивать познавательный интерес, воображение, творческую деятельность учащихся;
- воспитывать аккуратность, опрятность, формировать доброжелательные отношения к окружающим, умение понимать себя и других;

**Планируемые результаты:** учащиеся осознают необходимость чистки зубов и мытья рук; научатся отбирать из предложенных нужные предметы гигиены и объяснять их значение.

#### **Регулятивные УУД:**

формулировать и удерживать учебную задачу, преобразовать практическую задачу в познавательную (правила гигиены).

#### **Познавательные УУД:**

общеучебные- извлечение необходимой информации в ходе изучения новой темы; логические- дополнение и расширение имеющихся знаний, представлений об окружающем мире.

#### **Коммуникативные УУД:**

адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

#### **Личностные УУД:**

эстетические потребности, ценности и чувства; осознание ответственности человека за общее благополучие.

#### **Оборудование:**

- Экран, проектор, ноутбук, презентация, письмо и посылка от Мойдодыра с предметами личной гигиены, у учащихся – расческа с ватой между зубцами, зубная щетка.
- Учебник А.А.Плешакова «Окружающий мир» 1 класс, 2 ч.; рабочая тетрадь по окружающему миру А.А. Плешаков 1 класс, 2 ч.
- Приложение для игры «Что с чем дружит?»

## Ход урока

### I. Организационный момент

Придумано кем-то

Просто и мудро при встрече здороваться.

- Доброе утро!

- Доброе утро, солнцу и птицам.

- Доброе утро, улыбчивым лицам!

- Я очень хочу, чтобы у всех сегодня был добрый день, а особенно для моих ребяташек, ведь они пришли учиться, думать, узнавать много нового.

### II. Актуализация знаний

1. - Назовите тему урока, о которой мы говорили на прошлом уроке. Ну, кто мне назовет, какие бывают овощи, фрукты. Игра «Кто больше» (две команды, одни называют только овощи, другие только фрукты)

-А, что нужно сделать перед тем, как съесть какой-нибудь овощ или фрукт? *Помыть его.*

2. – Но прежде чем взять этот фрукт или овощ, нам надо сначала помыть руки.

### III. Самоопределение к деятельности

1. -Ребята, сегодня на столе я нашла письмо.

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмецо.

И прошу вас, мойте чаще ваши руки и лицо!

Всё равно какой водою: кипяченой, ключевой, из реки или колодца, или просто дождевой.

Нужно мыться непременно: утром, вечером и днём.

Перед каждой едою, после сна и перед сном.

Тритесь губкой и мочалкой, потерпите – не беда,

И чернила, и варенье смоем мыло и вода.

*Мойдодыр!!!*

-Почему надо мыть руки и лицо? (*Ответы детей*).

- К сожалению не все дети выполняют это правило.

(Фрагмент видеозаписи мультфильма « Мойдодыр»)

- Почему всё убежало от этого мальчика?

А какие предметы нам приходят на помощь, чтобы наши руки и тело были чистыми?

Гладко, душисто, моет чисто,

Нужно, чтобы у каждого было....(**МЫЛО**)

Вытираю я, стараюсь

После бани паренька.

Всё намокло, всё измялось-

Нет сухого уголка. (**Полотенце**)

-А, как правильно мыть руки?

*( Намочить руки, взять мыло, намылить руки, а намыленные руки должны скользить как санки по снежной горке. А чтобы кожа не шелушилась от мыла, надо руки хорошо промыть водой и насухо вытереть полотенцем).*

- В каких случаях надо мыть руки?

Разве вы не видели на руках грязь?

А в грязи живёт зараза, незаметная для глаз!

Если, руки не помыв, пообедать сели вы,

Вся зараза эта вот к вам отправится в живот!

Перед едой и после посещения туалета необходимо мыть руки, т.к. микробы попадают внутрь организма и у нас начинаются желудочно-кишечные заболевания, т.е. очень сильно будет болеть живот. Необходимо строго соблюдать гигиену рук и ногтей, чтобы не заразиться инфекционными заболеваниями, которые передаются через грязные руки. Обязательно мыть руки с мылом тёплой водой.

Чистота – залог здоровья,

Чистота нужна везде:

Дома, в школе, на работе,

И на суше, и в воде.

Утром рано просыпайся,

Хорошенько умывайся,

Чтобы в школе не зевать

Носом парту не клевать.

Кто следит за чистотой,

Тот сияет красотой.

**Памятка.**

1. Вы можете гулять и играть, сколько угодно пачкать руки, но, вернувшись, домой, нужно тщательно вымыть их с мылом.
2. Необходимо мыть руки перед посещением туалета, а потом – ещё раз, выйдя из него.
3. Не забывайте мыть руки перед едой и после еды.
4. Вымойте руки после игр с домашними животными.
5. Необходимо вымыть лицо и руки перед сном.

#### **IV. Совместное открытие знания**

- Приятно ли смотреть на это лицо? Почему?

– Предположите, о чем пойдет речь сегодня на уроке.

Давайте о том, о чём будет моя загадка:

Тридцать два весёлых друга

Уцепились друг за друга,

Вверх и вниз несутся в спешке,

Хлеб жуют, грызут орешки!

Красные двери в пещере моей,  
Белые звери стоят у дверей.  
И мясо, и хлеб – всю добычу мою –  
Я с радостью этим зверям отдаю!  
(*О зубах*).

- Ребята, а разве кто – то из вас не чистит зубы?

Что постоянно образуется на зубах? (*Налёт.*)

Из чего он состоит? (*Из микробов и остатков пищи.*)

Что застревает между зубами? (*Частички пищи.*)

Поэтому, что надо делать? (*Чистить зубы.*)

Сколько раз в день? (*Два.*)

*Рассказ учителя:* Человеческий детёныш рождается беззубым. У маленьких детей первые зубы появляются в возрасте 6 – 8 месяцев. К двум годам у детей появляются 20 зубов. Эти зубы называются молочными. С возраста 6-7 лет и до 12 происходит замена молочных зубов постоянными. У взрослого человека вместо 20 молочных появляется 32 постоянных зуба. Они более широкие и образуют сплошной ряд. Эти зубы надо беречь: больше зубов не вырастет. Зубы покрыты эмалью. Эмаль придаёт зубам красивый блеск. Она предохраняет зубы от повреждений и заболеваний. Но она со временем разрушается. Она может растрескаться от резкой смены горячей и холодной пищи. Берегите эмаль зубов от резкой смены температуры! Зубы – очень важная часть пищеварительного канала. Зубами человек откусывает и пережёвывает пищу. Больные зубы могут быть причиной разных заболеваний. Самая распространённая болезнь зубов – это кариес. Кариес – это разрушение зуба с образованием в нём полости (дырки). При появлении в зубах даже небольшой дырки, нужно сразу же обратиться к врачу стоматологу. Для профилактики кариеса нужно чистить зубы дважды в день – утром и вечером. Чтобы не болели зубы и не воспалялись дёсны, нужно полноценно питаться: есть много зелёных овощей, свежих фруктов, мясо, курицу, рыбу, яйца, пить побольше молока.

- Чем мы чистим зубы? (*Зубной щёткой*).

Она должна быть у каждого человека своей. И менять зубную щётку нужно каждые три месяца.

Давно, когда зубной щётки ещё не было, люди всё же чистили зубы. Древние римляне полоскали рот отваром трав, а из жжёного оленьего рога приготавливали зубной порошок и чистили зубы деревянной палочкой. У народов Азии было приспособление, которое было похоже на зубную щётку и называли они её «зубной веник».

А как надо правильно чистить зубы? (с.57)

Встала зубная щётка и думает:

Надо чистить каждый зуб,

Верхний зуб, нижний зуб,

Даже самый дальний зуб,

Очень важный зуб.

Изнутри, снаружи три,

Три снаружи, изнутри ...

- Посмотрите в учебнике на рисунок. Мы видим, как правильно чистить зубы. Какими движениями надо чистить зубы? (Вверх – вниз, снаружи и изнутри, сверху – круговыми движениями)

#### **V. Практическая часть:**

- Проведем с вами опыт, как правильно чистить зубы. Перед вами лежит расческа, зубцы на ней будут вашими зубами, а вата-это зубной налёт и остатки пищи.

*(Учитель чистит вдоль и поперек щеткой вату, снизу вверх, вата вычищается.)*

- Начинаем с углов, с боковых зубов. Сначала-изнутри, затем-снаружи, вверх, вниз. Это мы стеночки почистили, а надо ещё верхушки. По ним водим кругами или петельками.

Когда почистим зубы, щетку надо помыть, стряхнуть и поставить в стакан ручкой вниз, чтобы щетка хорошо просохла.

-Запомните, что зубная щетка должна быть у каждого своя собственная.

#### **VI. Применение нового знания**

1.- Вы рассмотрели и обсудили вместе со мной как нужно чистить зубы.

-А теперь сами покажите мне, какими движениями надо чистить зубы?

*Учащиеся показывают движения.*

-В рабочей тетради с.38 найдите такой же рисунок. Стрелочками покажите на нём движения зубной щётки.

-А, какой зубной пастой надо вам чистить зубы? (ответы детей)

-Представьте, что вы художник. Для вас поступил заказ. В тетради с.39 нарисуй упаковку для новых сортов зубной пасты и мыла.

- Нарисовали, оцените друг друга.

#### **3.- Работа в группе:**

-А, сейчас мы поиграем. Объединитесь, пожалуйста, в группы. Группа получает листок, на котором изображены предметы в двух столбиках. Вам необходимо найти пары предметов, которые «дружат» и соединить их стрелками. Посоветуйтесь и дайте нам ответ.

#### **VII. Рефлексия**

Я понял что, ...

Я хочу быть здоровым, поэтому я ...

- Я думаю, что наш урок не прошёл бесследно. Что вы всё поняли. Для чего надо есть много овощей и фруктов и для чего нужно мыть руки и чистить зубы.

- Желаю вам расти крепкими, здоровыми и умными. Пусть будут добрыми ваши сердца.

(Фрагмент видеозаписи мультфильма « Мойдодыр»)