**Урок здоровья «Чистота – залог здоровья».**

 **Цели: формировать у детей гигиенические навыки, стремление укреплять и беречь свое здоровье.**

**I. Повторение правил доктора Воды.**

**II. Беседа по теме.**

- 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 невымытые тарелки, крошки, ку­сочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее 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 к человеку. А там уж и до болезни рукой подать!

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

-    Что помогает нам победить микробов? (Вода.) С водой надо дружить. Вода — доктор. Без воды не может жить человек.

-    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.

-    Когда следует мыть руки?

-    Как надо правильно мыть руки? (При обсуждении этого воп­роса

прикрепите большой лист бумаги и отметьте фломастером каждый шаг.)

•     Сильно намочите руки.

•     Пользуйтесь мылом.

•     Намыливайте руки с обеих сторон.

•     Намыливайте руки между пальцев.

•     Полощите руки чистой водой.

•     Вытирайте руки насухо полотенцем.

(Попросите некоторых детей, а потом и всех продемонстриро­вать все стадии мытья и вытирания рук.) Полотенце расправить и положить на одну руку; тщательно вытирать полотенцем каждый палец второй руки. То же повторить с первой рукой.

**III. Заучивание слов:**

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

**IV. Оздоровительная минутка.**

**V. Задание:**

-  Бывают на свете такие дети, которые делают все наоборот.
Когда им говорят: «Умойся!» — они не умываются. Когда им гово­рят: «Не лезь на дерево!» — они лезут. Для таких детей писатель Григорий Остер придумал «Вредные советы»:

Никогда не мойте руки,

Шею, уши и лицо.

Это глупое занятье

Не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки,

Шея, уши и лицо,

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять?

Стричься тоже бесполезно,

Никакого смысла нет.

К старости сама собою

Облысеет голова.

-  Нарисуйте портрет человека, который выполнил эти вред­ные советы. Это красивый человек?

— Выскажите свое мнение об этих советах.

-  Составьте небольшой рассказ о Неряхе, который стал Чис­тюлей.

**VI. Итог.** Как правильно мыть руки и лицо?