**Государственное общеобразовательное учреждение школа № 657**

**Приморского района Санкт – Петербурга**

Конспект подгруппового коррекционного – развивающего занятия.

Тема: «Формирование здорового образа жизни младших школьников. Личная гигиена»

Класс: 2

Педагог-психолог: Карзанова К.В.

Санкт-Петербург

2018 г.

Цель:   формирование здорового образа жизни, привитие навыков личной гигиены.

Задачи:

1. Познакомить учащихся с правилами личной гигиены.
2. Убедить учащихся в необходимости беречь здоровье, укреплять здоровье, соблюдать правила личной гигиены.
3. Воспитывать аккуратность, гигиенические навыки, силу воли.
4. Развитие психических процессов: мышление, память, речь

**Структура занятия:**

1.      Встреча: приветствие, психологический настрой на занятие, использование здоровье сберегающих технологий для активизации мозговой деятельности (упражнения глазодвигательные, телесные);

2.      Коррекционно-развивающий блок:

закрепление полученных знаний с помощью упражнений развивающих высшие психические функции (мышление, внимание, память).

3.      Прощание: подведение итогов.

Ход занятия:

1. *Вводная часть.*
2. **Ритуал приветствия**

Цель: настроить детей на предстоящее занятие, погрузить в атмосферу событий, происходящих только на этом занятии, отвлечь от прочих проблем, забот, переживаний.

*Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Давайте поприветствуем друг друга.*

Дети стоят в кругу, взявшись за руки, смотрят партнёру в глаза и дарят ему самую добрую улыбку.

Встали в круг, взялись за руки.

Всех приветствую, друзья,

Здравствуй…….(имя)!

Здравствуй………(имя)!

(дети по кругу приветствуют друг друга)

Рада видеть вас здесь я!

*Педагог – психолог: Покажите, с каким настроением вы пришли на урок (дети*

*показывают карточки с лицами (радостным или грустным).*

**2. Здоровьесберегающее упражнение**

Выполняется для снятия физического и психологического напряжения, что способствует глубокому раскрытию детей, которое обеспечивает большую эффективность коррекционных занятий.

Самомассаж

*Педагог – психолог: Прежде чем начать наше занятие, нам необходимо как следует подготовиться.*

**«Вы готовы…..»**

- Вы готовы, глазки? (поглаживают веки глаз)

- Да!

- Вы готовы, ушки?

- Да! (прикладывают ладони к ушам, поглаживая их)

- Вы готовы ручки?

- Да! (хлопают в ладони)

- Вы готовы, ножки?

- Да! (поглаживают ноги, притоптывают)

- Вы готовы?

- Да! (разводят руки в стороны и обнимают себя)

*Педагог – психолог:*

*- Молодцы!*

1. *Основная часть.*

*Педагог – психолог:*

*- Чистота — залог здоровья,
 Чистота нужна везде:
 Дома, в школе, на работе,
 И на суше, и в воде.
 Руки с мылом надо мыть,
Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.*

*Педагог – психолог:* *- О чём мы сегодня будем беседовать?
- Правильно, о чистоте тела, о гигиене.
- А для чего нам нужно знать правила личной гигиены?*

*- А что нам помогает в уходе за своим телом? (вода)*

*Личная гигиена – это уход за своим телом, содержание его в чистоте.*

*- Что покрывает наше тело? (кожа)
- Как вы думаете, какова задача кожи, она покрывает тело для красоты? или ещё для чего-то?
- Да, главная задача кожи – защитная, она защищает от болезней. А теперь представьте, что вы на футбольном поле, играете, падаете, встаёте и опять активно двигаетесь, каково состояние организма в это время? (человек потеет, кожа и одежда пачкаются)
- Когда мы бегаем, прыгаем или просто когда жарко, то на коже проявляется пот, скапливается жир, на них задерживается и копится пыль. Кожа становится грязной и уже не может защищать нас от микробов. А тут уже и до болезней недалеко! Вот почему надо содержать тело в чистоте.
- Грязная кожа может принести вред здоровью. Грязные, неряшливые люди всегда неприятны окружающим. Вот почему кожу нужно мыть, за ней необходимо ухаживать.*

*- Что помогает нам победить микробов? (вода и мыло)*

*- Как надо правильно мыть руки? (памятка)*

***Как правильно мыть руки:***

*- Хорошо намочите руки*

*- Возьмите мыло*

*- Намыливайте руки с обеих сторон*

*- Прополощите руки чистой водой*

*- Вытирайте руки насухо полотенцем*

*Педагога – психолог: Ребята, у гигиены есть друзья, какие, угадайте в загадках:*

1. **Игра "Загадки"**

*Педагог – психолог:*

*1. Там, где губка не осилит,*

*Не домоет, не домылит,*

*На себя я труд беру:*

*Пятки, локти с мылом тру,*

*И коленки оттираю,*

*Ничего не забываю.* ***(Мочалка)***

*2. Познакомиться готов?*

*Я бываю всех цветов.*

*Ручки моешь? Очень мило,*

*Значит, пригодится...****(Мыло)***

*Педагог – психолог:*

*- Мыться нужно ежедневно, теплой водой. Использовать мочалку и моющие средства (показываю картинку с изображением моющегося ребенка).*

*- Очень важно следить за чистотой рук и ногтей, как вы думаете, почему? (вредные микробы могут с рук попасть в рот)*

*Педагог – психолог:*

*- Итак, при каких обстоятельствах нужно мыть руки? (перед едой, после туалета, после контакта с животными).*

*- А за ногами как будем ухаживать?*

*- Мыть ноги надо ежедневно в прохладной воде с мылом, как вы думаете, почему в прохладной воде? (прохладная вода уменьшает потовыделение)*

*- А вот ещё одна подружка гигиены, угадайте, что это:*

*3. Хоть на вид она не очень хороша*

*И немножечко похожа на ежа,*

*Очень любит перед тем, как лягу спать,*

*На зубах моих минутку поплясать.* ***(Зубная щётка)***

*- Также нужно не забывать и о чистоте полости рта. Как часто надо чистить зубы? Можно пользоваться чужой зубной щёткой?*

*- Итак, зубы чистим дважды в день, это утром и вечером, перед сном. Чужими щётками мы не пользуемся. Если зубы заболели – идём к врачу, какому? (стоматологу)*

*- Также надо ухаживать за волосами, ведь правильный уход за волосами и кожей головы нормализует работу сальных желёз и кровообращение в организме.*

*3. В бутылочке жидкость цветная стоит,*

*Приятненько пахнет, простая на вид,*

*На волосы влажные её нанесем,*

*Вспеним, помоем, водичкой польем.* ***(Шампунь)***

*- Какие еще предметы личной гигиены вы знаете? (расческа,*

*полотенце, стиральный порошок)*

*- Какие правила по уходу за волосами вы знаете?*

*- Теперь мы знаем, что волосы будем мыть по мере загрязнённости, тёплой водой, используем шампуни. Вытираемся полотенцем, сушим обычным способом, феном пользуемся только в крайних случаях, т.к. горячий воздух пересушивает волосы, и чужими расчёсками мы тоже пользоваться не будем.*

*- Всё мы с вами помыли, кожу помыли, голову помыли, ногти чистые, зубы тоже почистили. Можем мы сейчас одеть одежду в которой гуляли уже несколько дней? Почему? Правильно, очень важную роль в личной гигиене играет чистота вашего белья. Одежда тоже защищает нас от различных повреждений, природных воздействий (дождь, жара и т.д.), даже от насекомых, поэтому бельё должно регулярно стираться, носки и нижнее бельё меняются ежедневно.*

*Также не надо забывать, что одежда должна быть по погоде, по сезону и по размеру.*

*- У каждого из вас должно быть своё полотенце, своя сорочка или пижама, своя постель. Как вы думаете, почему? Молодцы, многое теперь знаете о личной гигиене.*

1. **Упражнение – закрепление знаний по теме занятия.**

*Педагог - психолог: - На столе есть коробка. Выберете, какие предметы относятся к предметам личной гигиены, а какие не относятся?*

1. **Упражнение «Проблемная ситуация»**

*Педагог – психолог: - Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя*

*помочь. Выдели, какими из перечисленных ниже предметов не стоит делиться даже с лучшим другом (показ картинок: мыло, зубная щетка, полотенце для рук, мочалка, зубная паста, шампунь, тапочки, полотенце для тела, расческа, носовой платок)*

1. **Динамическая пауза**

*Педагог – психолог:*

*Прежде чем продолжить немного отдохнем и отвлечемся.*

*- Утром стрекоза проснулась,*

 *Потянулась, улыбнулась,*

 *Раз – росой она умылась,*

 *Два – изящно покружилась,*

 *Три – нагнулась и присела,*

 *На четыре – полетела.*

 *У реки остановилась,*

 *Над водою покружилась.*

1. **Игра "Что с чем дружит"**

*Педагог – психолог: Продолжим.*

*– С чем дружит…*

Нос Ножницы

Туфли … Зубная щетка

Ногти … Щетка для обуви

Волосы … Носовой платок

Зубы … Расческа

 **6 . Работа с сюжетными картинками.**

 *Педагог – психолог:
Молодцы, а теперь выберите рисунки, на которых дети поступают правильно. Объясните свой выбор.*

 **7. Игра «Советы Мойдодыра»**

*Учащиеся получают карточки, на которых зашифрованы правила личной гигиены. Задача играющих – прочесть эти правила:*

*Правила:*

*1) Умываться по утрам и вечерам.*

*2) Чистить зубы нужно 2 раза в день (утром после завтрака, и*

*вечером, перед сном)*

*3) Ежедневно расчесывать волосы*

*4) Стричь вовремя ногти.*

1. *Заключительная часть*

1.Подведение итогов.

Работа с раздаточным материалом (раскраски « В ванной комнате»)

*Педагог – психолог: Закончите фразу:*

*- Я сегодня узнал…*

*- Я сегодня запомнил…*

*-Какой вывод можно сделать?*

***- Надо соблюдать правила личной гигиены.***

*На сегодня мы закончили. Спасибо за занятие.*

2. Похвала. Прощание.