

ГУО «Средняя школа №16 г. Мозыря»

Конспект урока по социально-бытовой ориентировке
«Простудные заболевания и их профилактика»

Журавская Наталья Витальевна
учитель-дефектолог
ГУО «Средняя школа №16 г. Мозыря»

Тема: Простудные заболевания и их профилактика

Форма урока: Индивидуальный

Тип урока: Проверка, оценка, коррекция знаний

Класс: 1 «Д»

Цель урока:

формировать умение укреплять и беречь своё здоровье как одно из главных ценностей человеческой жизни.

Задачи урока:

Обучающие: - познакомить обучающихся с признаками простудных заболеваний; рассказать об их признаках и причинах возникновения;

- познакомить с профилактикой простудных заболеваний;

Развивающие: - развивать речь, развивать умение анализировать, делать выводы,

Воспитывающие: - воспитывать бережное отношение к своему здоровью;

- воспитывать интерес к предмету, доброжелательное отношение, взаимопомощь;

- воспитывать любознательность, пытливость при получении знаний;

- воспитывать взаимоуважения, взаимовыручки; аккуратность, самостоятельность.

Ход урока

I Организационный момент:

-Здравствуй, Ваня! Потри ладошки. Ты почувствовал тепло? Прикоснёмся ладошками друг к другу и передадим тепло! Пусть на уроке нам также будет тепло и уютно. А теперь за работу!

-Посмотри на столе лежат кирпичики, давай из них построим стену.

Прочитай, из каких частей состоят кирпичики? Берём только те кирпичики, которые говорят нам о здоровье (насморк, свет, тепло, высокая температура, свежий воздух, кашель, чистая вода, режим дня, правильное питание, чистота, простуда).

II Сообщение темы урока.

Учитель: Какие слова остались лишние? (насморк, простуда, высокая температура, кашель)

Учитель: тема нашего урока «Простудные заболевания и их профилактика!».

III Изучение нового материала.

Учитель: К нам в класс зашёл Миша. Послушай, он что – то говорит.

Учитель показывает больного мальчика.

У меня печальный вид

Голова с утра болит.
Я чихаю, я охрип.
Что со мною?
Это – грипп!
Не румяный гриб – в лесу,
А поганый грипп в носу!
Поднялась температура,
Я лежу в кровати.
Пью соленую микстуру,
Кислой – горло полощу.
День лежу, второй лежу,
Третий – в школу не хожу.
И друзей не подпускают,
Говорят, что заражу...

Учитель: К простуде относятся такие болезни, как грипп, ангина, ОРВИ. Назови признаки простуды, о которых рассказал Миша. Как ты думаешь, почему он заболел?

Рассмотри рисунки и скажи, почему здоровье этих детей в опасности? (Дети катаются на ватрушках без шапок, мальчик ест снег, девочка гуляет под дождём без зонта и шапки, девочка кашляет и не прикрывает рот носовым платком.)

Учитель: Давно известно, что болезнь легче предупредить, чем лечить - это называется **профилактика**. Когда человек заботится о своем здоровье, он начинает выполнять определенные правила.

_ Сейчас мы немного поиграем. На столе лежат карточки их надо сложить парами.

- А) ногти А) ножницы
- Б) руки Б) мыло
- В) Нос В) носовой платок
- Г) волосы Г) Расческа
- Д) зубы Д) зубная паста

- Скажи, какие методы личной гигиены могут тебя обезопасить от микробов? (купаться, чистить зубы, умываться, подстригать ногти, содержать в чистоте волосы, стирать одежду, часто мыть руки)

-Давай поиграем с тобой в игру «Правила гигиены»

Учитель: Дети, которые всегда следят за своей чистотой, никогда не болеют, а если и болеют, то очень редко. Правда, ребята? Давайте мы сами сейчас покажем, как мы умеем бороться с микробами и умеем от них защищаться.

А вот и первое правило - **гигиена**.

А вот и второе правило - **человек должен заниматься физкультурой и спортом**. И мы с тобой сейчас выполним зарядку.

Физкультминутка «Зарядка»

Конкурс «Правильное питание»

- Разложить продукты на полезные (в тарелочки) и неполезные или вредные (коробочки для мусора) для здоровья человека.

яблоко	торт
морковь	чипсы
рыба	лимонад
творог	конфеты
капуста	сухарики
свекла	пирожное
черная смородина	картофель фри
малина	майонез
бананы	шоколад
апельсины	кока-кола
сок	

Чтобы не болеть надо есть побольше витаминов. В каких продуктах питания находится большое число витаминов? Отгадай загадки.

Круглое, румяное,

Я расту на ветке!

Любят меня взрослые

И маленькие детки. **(Яблоко.)**

Яркий, сладкий, налитой,

Весь в обложке золотой.

Не с конфетной фабрики,

Из далекой Африки. **(Апельсин.)**

Я вырос на грядке,

Характер мой гадкий:

Куда ни приду,

Всех до слез доведу. **(Лук.)**

Нарядилась Аленка

В сарафанчик свой зеленый,

Завела оборки густо.

Узнаешь ее ...? **(Капуста.)**

Красный нос в землю врос,

А зеленый хвост снаружи.

Нам зеленый хвост не нужен,
Нужен только красный нос. **(Морковь.)**

Маленький, горький,
Луку брат. **(Чеснок.)**

Третье правило – правильное питание.

Третье правило – гигиена.

Практическая работа (изготовление амулета Здоровья)

Сейчас мы с тобой сделаем амулет Здоровья. Они защитят вас от вируса.
(Показ и объяснение как сделать кулон из пластиковой упаковки от Киндер-сюрприза, ленточки и зубчика чеснока).

Ученик выполняет практическую работу. На парты раздают одноразовые тарелочки, нарезанные зубчики чеснока, подготовленные емкости от киндер-сюрпризов и ленточки.

Задача учащихся - наполнить емкости чесноком и вставить ленточки. Готовые амулеты здоровья учащийся надевает на шею.

Носи этот амулет, и он защитит тебя от вируса гриппа.

III. Итог занятия.

Большое спасибо! Надеюсь, что ты будешь соблюдать меры профилактики и не заболеешь. Желаю тебе крепкого здоровья!