

Методические рекомендации по проведению «Уроков Чистоты» для школьников 1-4 классов

Перед проведением урока, пожалуйста, ознакомьтесь с рекомендациями для лектора.

Раздаточный материал:

- бумага
- карандаш
- Расписание чистоты

Ход урока

Слайд 1 (ЗАГЛАВНЫЙ)

Введение 5 мин. Личная гигиена

Слайд 2 (ГИГИЕНА)

Ребята, знаете ли вы, что гигиена – это целая наука, которая изучает, как окружающая среда влияет на человека. Например: как правильно мыть руки, чтобы всегда быть здоровыми, с какими бактериями можно дружить, а с какими – нет.

Одним из важнейших разделов гигиены считается личная гигиена или по-другому – гигиена человека.

Личная гигиена включает в себя несколько правил, соблюдать которые обязан каждый человек: поддерживать чистоту тела, заниматься спортом, правильно питаться.

Основным гигиеническим мероприятиям по уходу за собой вас обучают ваши родители: они объясняют и показывают вам как надо мыть руки, говорят, что нужно чистить зубы два раза в день, мыться каждый день и менять одежду по мере загрязнения. А вы сами уже должны помнить, что гигиенические мероприятия не могут быть нерегулярными. Очень важно, чтобы они были постоянными.

Основная часть. 30 мин. Бактерии, как правильно мыть руки

Что будет, если мы с вами не будем соблюдать правила гигиены? Правильно! Нас смогут атаковать злые бактерии и помешать играть и веселиться!

Слайд 3 (ИГРА С МЕЛОМ)

Вы можете сказать, неважно мою я руки или нет. Если я не копался в грязи, то отличий не будет. Но давайте посмотрим так ли это? Ведь если мы не видим бактерии нашим глазом, это не значит, что их нет.

Участники игры: 3 ученика

3 ученика выходят к доске и покрывают ладони мелом. Затем каждый должен подойти к нескольким одноклассникам и пожать им руки. Мел – «бактерии». Игра покажет школьникам, как быстро бактерии передаются от человека к человеку путем простых рукопожатий.

Чтобы размножения бактерий не случилось, нужно регулярно, а главное, правильно мыть руки.

После игры отправьте детей помыть руки. Если в классе/помещении, где проходит урок, есть раковина и мыло, участники игры могут продемонстрировать классу, как правильно мыть руки.

Слайд 4 (ВЫВОДЫ ПО ИГРЕ С МЕЛОМ)

Слайд 5 (КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ)

Посмотрите на экран и сверьтесь, все ли правильно вы делаете каждый раз, когда моете руки? Если нет, давайте еще раз повторим, как нужно сделать, чтобы побороть всех злых микробов.

- Намочить руки
- Взять мыло в руки
- Тщательно намылить внутри двух ладошек до образования обильной пены
- Растереть пену по всем ладоням: внутренней и внешней стороне, между пальцами
- Смыть водой
- Вытереть полотенцем

Но я не хочу, чтобы у вас сложилось впечатление, что все бактерии - наши враги. Это не так: есть бактерии, которые живут вместе человеком всю жизнь и приносят человеку пользу. На коже наши друзья-бактерии защищают нас от непрошенных гостей, которые попадают из окружающей среды, помогают обновлению кожи, обеспечивают ее здоровье.

Слайд 6 (ЗНАКОМСТВО С БАКТЕРИЯМИ)

Активность. Как вы думаете, как выглядят бактерии? (Дети рисуют бактерии)

На экране вы видите, как могут выглядеть бактерии: цепочки кокков, палочек, ветвящиеся формы, мицелий грибов. (Показываем на экране картинки: виды микроорганизмов, обитающих на коже при рассмотрении в микроскоп).

Также надо отметить, что не все участки кожи одинаково населены бактериями. Есть участки более густо заселенные, а есть менее заселенные.

Более обильно заселены влажные и покрытые волосами участки. Как вы думаете какие?

Слайд 7 (ГДЕ ЖИВУТ БАКТЕРИИ НА ТЕЛЕ)

- Ротовая полость — миллионы бактерий в одном месте.
- Подмышечные впадины — пот, трение, бактерии.
- Складки кожи — активное размножение бактерий в тепле.
- Руки от пальчиков до локтя
- Уши — опасность воспаления
- Кожа под волосами — моем голову чаще
- Пупок
- Стопы — одна из самых проблемных частей тела

Ответ:

- Руки от пальчиков до локтя
- Пупок! Именно там прячутся бактерии

(Показываем указкой на теле человека на экране самые «грязные» места.)

На коже может быть очень много злых бактерий, которые могут навредить нам, если на невымытых руках эту инфекцию перенести в рот, например, когда мы облизываем грязные руки, или берем невымытыми руками яблоко, которое мама дала в школу, потом его едим, или начинаем грызть ручку, которой пишем, а до этого держали в руках, которые не помыли, когда пришли из туалета.

Откуда же мы можем получить плохие бактерии из окружающей среды? Микробы достаточно неравномерно распределены в жизни в окружающей среде. Например, много микробов располагается там, где люди чаще всего берутся немытыми руками.

(Лектор просит школьников сначала самостоятельно назвать их).

Слайд 8 (ГДЕ ЖИВУТ БАКТЕРИИ ВОКРУГ НАС)

Ответ: это ручки в автобусах, денежные купюры и кошелек, дверные ручки, кнопки лифтов, мобильные телефоны, шариковая ручка, предметы, которыми мы часто пользуемся. А самое главное – это туалетные комнаты: особенно загрязнены места:

Слайд 9 (БАКТЕРИИ В ТУАЛЕТНОЙ КОМНАТЕ)

- под ободком унитаза,
- кнопка смывного бачка,
- дверная ручка,
- стены.

В туалетных комнатах микробы себя чувствуют особенно хорошо: там, как правило, повышенная влажность, мало свежего воздуха, нет солнечного света. В туалете живут в большом количестве кишечная палочка, протей, клебсиелла, энтерококки, клостридии, бактериоиды, которые могут вызывать различные заболевания и, в первую очередь, расстройство кишечника у людей. Поэтому, кроме соблюдения гигиенических правил самим человеком при посещении туалета, еще очень важно поддерживать чистоту в самом туалете. Особенно важно это там, где бывает много людей, для нас с вами сегодня - это школа.

Важно, чтобы в туалете было сухо, вовремя проветривалось, чтобы вся туалетная бумага была в специальных мусорных корзинах, а не на полу, чтобы было в наличии мыло, бумажные полотенца, всегда были отремонтированы краны и лампочки на потолке, были чистые полы и крышки унитазов с ободком, чтобы в унитазе была чистая вода.

Слайд 10 (ИДЕАЛЬНЫЙ ТУАЛЕТ)

Идеальный школьный туалет должен выглядеть так (изображение на слайде)

Слайд 11 (ИДЕАЛЬНЫЙ ТУАЛЕТ)

Давайте обсудим, что должно быть в идеальном туалете:

- Работающие краны с теплой и холодной водой;
- Мыло и бумажные полотенца или салфетки около раковин, и туалетная бумага в кабинках;
- Мыло рядом с раковинами;
- Туалет должен быть чистым, в нем должен быть порядок, должен отсутствовать неприятный запах;
- Двери туалета должны закрываться;
- Должна быть возможность смыть воду в унитазе.

Слайд 12 (НЕ БОЙТЕСЬ ГОВОРИТЬ О ПРОБЛЕМЕ)

Если в школе вы заметили беспорядок в туалете, например, не работает смывной бачок, или лужи на полу, или неприятный запах в кабинке, нужно обязательно сказать об этом учителю или обсудить с родителями дома (с тем, с кем вам комфортнее об этом поговорить). Ведь учитель не всегда заходит в детский туалет и может просто не знать, что там такая плачевная ситуация. Вы же помните сколько бактерий живет в туалете, поэтому нужно особенно тщательно соблюдать там чистоту.

Тем не менее, чистота и порядок в школьном туалете также зависит и от вас самих, чаще даже больше, чем от уборщиц, ведь именно вы сами должны проследить, что вы смываете за собой, выбрасываете использованную бумагу в мусорное ведро, аккуратно пользуетесь школьным туалетом.

Нужно всегда соблюдать нехитрые правила личной гигиены при посещении туалета. Вы эти правила давно знаете и, я надеюсь, выполняете!

Помогите мне, пожалуйста, их вспомнить!

Дети поднимают руки и отвечают, помогают лектору: что нужно сделать при посещении и после посещения туалетной комнаты.

Слайд 13 (КАК САМОСТОЯТЕЛЬНО ПОДДЕРЖИВАТЬ ЧИСТОТУ В ТУАЛЕТЕ)

В помощь нам картинки на экране: мыло, кран с водой, бумажные салфетки, влажные салфетки, автоматическая сушка рук воздухом.

Кстати, как вы думаете, как выглядит идеальный школьный туалет? Что можно изменить в наших школьных туалетах?

Слайд 14 (ОБЪЯВЛЕНИЕ ВИКТОРИНЫ)

Викторина! Давайте узнаем, кто из вас побеждает больше всего бактерий в день? Кого мы назовем сегодня супергероем? Того, кто даст больше всего правильных ответов на вопросы. Начинаем!

Слайд 15 (1 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

1. Когда правильно мыть руки при посещении туалета?
А) до входа в туалет
Б) после туалета
В) во время посещения туалета
Г) завтра
Д) дома

Всегда мойте руки после использования туалета, чтобы не нести бактерии в класс, быть здоровым и сильным! Мальчикам также следует мыть руки до посещения туалета!

Слайд 16 (2 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

2. Что нужно использовать при мытье рук?
А) чай
Б) мыло
В) сахар
Г) воду
Д) кисель

Только мыло поможет нам с вами избавиться от всех злых бактерий на руках!

Слайд 17 (3 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

3. Что нужно сделать после мытья рук?
А) вытереть руки о свою одежду
Б) вытереть руки об стены
В) вытереть руки бумажным полотенцем
Г) вытереть руки об одежду друга
Д) подуть на руки

Вытирайте руки чистым бумажным полотенцем или используйте сушилку для рук ведь на рубашке соседа и даже на вашей одежде могут быть злые бактерии, а все ваши усилия по мытью рук могут стать бесполезными.

Слайд 18 (4 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

4. Куда нужно поместить использованное бумажное полотенце?

- А) бросить в мусорную корзину в туалете
- Б) положить в портфель
- В) положить в карман
- Г) бросить в мусорную корзину в классе
- Д) бросить в унитаз

Важно не только следить за собственной гигиеной, но и чистотой вокруг себя. Выбросите использованное полотенце в мусорку и подскажите другу!

Слайд 19 (5 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

5. Когда нужно нажимать на кнопку смывного бачка?
- А) перед тем как сделать дело
 - Б) после того как сделал дело
 - В) когда пробегаешь мимо туалета
 - Г) когда стоишь у входной двери
 - Д) после того как помыл руки

Слайд 20 (6 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

6. Куда нужно разместить портфель?
- А) положить на пол около унитаза
 - Б) поставить на пол около входной двери
 - В) повесить на крышку смывного бачка
 - Г) оставить в классе
 - Д) отнести домой

Оставьте портфель в классе – так злые бактерии не запрыгнут на него, а потом и на вас.

Если вы посещаете туалетную комнату на перемене, на которой вам необходим портфель, разместите его на подоконнике.

Слайд 21 (7 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

7. Что делать, если в туалете большая лужа на полу?
- А) звонить 01
 - Б) начать ее вытирать своим носовым платком
 - В) послать друга за подмогой
 - Г) подойти и сказать учителю
 - Д) объявить в школе срочную эвакуацию

Всегда говорите учителю о проблемах и беспорядке в школе!

Слайд 22 (8 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

8. Что нужно сделать, если захотел в туалет на уроке?
- А) позвонить родителям
 - Б) написать записку учителю с просьбой опустить в туалет
 - В) написать смс учителю с просьбой опустить в туалет
 - Г) поднять руку и спросить разрешения выйти
 - Д) выйти к доске и объявить, что ты пошел в туалет

Не стоит терпеть, ведь это вредно для здоровья!

Слайд 23 (9 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

9. Что делать, если случайно зашел не в свой туалет?
- А) ну и ладно, спокойно делай свое дело
 - Б) извиниться и выйти из туалета
 - В) громко крикнуть, чтобы все вышли из туалета, и сделать свое дело
 - Г) выключить свет и сделать свое дело
 - Д) ползком по-пластунски покинуть туалет

Слайд 24 (10 ВОПРОС ВИКТОРИНЫ)

10. Когда можно встать ногами на унитаз?
- А) никогда
 - Б) если на полу большая лужа
 - В) если не достаешь до кнопки смывного бачка
 - Г) если нет света в туалете
 - Д) если в туалете много людей

Школьным туалетом пользуетесь не только вы, но и ваши одноклассники, друзья. И им будет очень неприятно, если им придется пользоваться туалетом, на котором вы постояли ногами. Важно уважать других и бережно пользоваться туалетом, быть аккуратным и всегда соблюдать гигиену.

Практическая часть -10 минут

Слайд 25 (ОБЪЯВЛЕНИЕ О ЧАШКАХ ПЕТРИ)

Слайд 26 (ДЕМОНСТРАЦИЯ ЧАШЕК)

Ребята, а сейчас мы с вами проведем еще одно упражнения, чтобы наглядно посмотреть на бактерии, которые скапливаются на руках, если их не мыть регулярно.

Бактерии можно вырастить на специальной среде в чашке Петри.

Показываем как выглядит питательный агар в чашке Петри.

Давайте с вами проведем эксперимент и посмотрим, как влияет обычное мыло на микробов.

На одну чашку Петри мы с вами нанесем отпечатки пальцев НЕмытой рукой. (Делаем отпечатки на агаре немытой рукой, например указательный пальчик). На нем живет определенное количество бактерий, они поселятся на агаре, поместим чашку Петри в термостат при 37 градусах на 3 дня, и они вырастут в большие колонии (демонстрируем на экране чашку Петри через 3 дня после посева). Как правило, на одном отпечатке пальчика вырастает 5-7 колоний различных бактерий.

А на вторую чашку мы точно также нанесем отпечаток на агар, но уже рукой, которую хорошенько помыли с мылом. И тоже уберем ее на 3 дня в термостат. Через 3 дня смотрим результат. (демонстрация на экране) Как правило вырастают одна, максимум 2 или ни одной колонии.

Это доказывает нам, что мыло может нас надежно защитить от вредных бактерий!

Завершающая часть. 10 минут Повторение материала

Ребята, давайте вспомним, что мы узнали на уроке.

Слайд 27 (ПОВТОРЕНИЕ)

1. Почему важно соблюдать гигиену?
2. Где злые бактерии могут поджидать нас?
3. Как бороться со злыми бактериями?
4. С кем можно поговорить о гигиене?
5. Кому нужно сказать, если школьный туалет грязный?
6. Как правильно соблюдать чистоту в туалете, который вы посещаете?
(например):
 - не разбрасывай бумагу по туалетной комнате
 - выбрасывай бумагу только в специальные ведра

- спускай воду за собой
- не вставай ногами на ободок унитаза
- для мальчиков – при посещении туалета «по-маленькому» поднимайте ободок унитаза
- если нет возможности помыть руки, воспользуйся влажной салфеткой
- помните как правильно мыть руки
- не приносите в туалет портфель, телефон, ручки, которыми вы пишете в классе
- не стесняйтесь похода в туалет, это также естественно, как и дышать, кашлять, чихать, пить воду.. Однако и сильно привлекать внимание к этому походу не стоит (не надо сопровождать это шуточками или смехом). Во всем нужно соблюдать меру.
- Помните, что вы всегда можете поговорить со старшими, со своими родителями, если вас беспокоят или не устраивают санитарные условия в туалете.
- Будьте взаимно вежливы и воспитаны. Но если вы заметили, что кто-то игнорирует элементарные правила личной гигиены, скажите ему об этом и пригласите на наш следующий урок чистоты!

Ребята, расскажите, что вы нового сегодня узнали? Какие новые для вас правила, которые вы теперь будете стараться соблюдать?

Молодцы! Соблюдать эти правила нужно обязательно в любом месте. А кто это может уследить за этим, если не мы? Чем нас больше, тем мы сильнее и здоровее.

Слайд 28 (ПРИЗЫВ)

Давайте бороться за чистоту и здоровье каждый день вместе!

Слайд 29 (РАПИСАНИЕ ЧИСТОТЫ)

А чтобы вам было проще соблюдать их, мы дарим вам Расписание гигиены, которые вы должны заполнять дома каждый день 3 недели! И все эти простые правила войдут у вас в привычку.

Смыл за собой после использования туалета? Молодец-значит, убил микроба. Закрашивай его! Выбросил бумагу в ведро и убедился, что вокруг все чисто? Ура, микробам осталось недолго! Так ты еще и вымыл руки с

мылом? Герой! Все микробы закрашены. Сегодня в схватке одержал победу ТЫ! Но не расслабляйся, впереди еще много дней и много битв!

Слайд 30 (ФИНАЛ)

Презентация для проведения «Уроков Чистоты» прилагается