

Классный час «Правила личной гигиены»

Задачи:

1. Раскрыть понятие «личная гигиена».
2. Повторить основные правила личной гигиены.
3. Воспитывать культуру здоровья, ведение здорового образа жизни.

1. Личная гигиена (слайд).
2. Уход за кожей (слайд).
3. Как правильно умываться (слайд).
4. Мойте руки чаще (слайд).
5. Правила ухода за телом (слайд).
6. Как правильно чистить зубы (слайд).
7. Уход за волосами (слайд).
8. Одежда и обувь (слайд).
9. Поддерживайте чистоту в комнате и в классе (слайд).
10. Загадки (слайд).

11. Викторина:

1. При мытье в воду добавляют:

А. Сливочное масло Б. Моющее средство

В. Сироп Г. Соль

2. Для мытья пола используют:

А. Веник Б. Молоток

В. Швабру Г. Щетку

9. Какой из перечисленных предметов не является предметом личной гигиены:

- А. Зубная щетка
- Б. Расческа
- В. Зубочистка
- Г. Ножницы

10. Длинные волосы расчесывают, начиная:

- А. С корней волос
- Б. С середины
- В. С конца волос
- Г. С начала

11. Какую воду необходимо использовать для умывания лица:

- А. Горячую
- Б. Теплую
- В. Прохладную
- Г. Холодную

12. Сколько минут нужно чистить зубы:

- А. 10
- Б. Не более 3 минут
- В. Не менее 3 минут
- Г. Можно не чистить вообще

13. К какому врачу надо идти, если заболят зубы:

А.К другу за помощью Б.К кардиологу
В.К дерматологу В.К стоматологу

14. Что из ниже перечисленного не является предметом личной гигиены:

А.Зубная щетка Б.Полотенце
В.Стиральный порошок Г.Расческа

Ответы

1-Б

2-B

3-B

4-Г

5-Г

6-Б

7-Б

8-В

9-Г

10-В

11-Б

12-В

13-Г

14-В