**«Лето без проблем»**

Психолог:

Здравствуйте, ребята. Произнося это приветствие (помните, как можно приветствовать друг друга), я желаю вам здоровья. Скоро долгожданное лето. Лето нам дарит здоровье!

Здоровье – это ценность и богатство,

Здоровьем людям надо дорожить!

Есть правильно и спортом заниматься,

И закаляться, и с зарядкою дружить.

Здоровый человек, какой он. Выберите слова для характеристики здорового человека:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| сильный | красивый | стройный | ловкий |
| сутулый | бледный | вялый | румяный |
| немощный | статный | крепкий | хилый |

- Я желаю вам быть красивыми, сильными, ловкими, румяными, статными, стройными, крепкими, подтянутыми; беречь свое здоровье.

А как оставаться здоровым? Какие же правила надо соблюдать? (Ответы детей, затем – слайд)

**1 «Правила гигиены»:**

Игра «Рифмы».

- В кране нам журчит водица:  
«Мойте чище ваши ……» (лица)

-Разгрызёшь стальные трубы,  
Если чисто чистишь ………. (зубы)

-Превратятся скоро в когти  
Неподстриженные …… (ногти).

- В бане целый час потела –  
Лёгким, чистым стало …….. (тело).

- Объявили бой бациллам:  
Моем руки чисто с ……… (мылом).

Эти правила помогают сохранить чистоту тела. И особенно они пригодятся вам в летний период. Ведь летом вы ходите босиком, играете на берегу реки в песке, катаетесь на велосипеде, роликах и можете не только сильно выпачкать одежду. С грязью на руки могут попасть микробы, от присутствия которых может заболеть живот, возникнуть тошнота и рвота. Эти микробы могут попасть в организм вместе с немытыми овощами и фруктами.

Кто зубы не чистит, не моется с мылом,  
Тот вырасти может болезненным, хилым,  
Дружат с грязнулями только грязнули,  
Которые сами в грязи утонули.  
Из них вырастают противные бяки,   
За ними гоняются злые собаки.  
Грязнули боятся воды и простуд,  
А иногда вообще не растут.

Итак, соблюдайте чистоту тела, пищевых продуктов, своего дома!

**2 «Правила безопасного поведения в быту»**

Но, находясь в доме, (особенно летом часто вы можете остаться дома одни) вы не только не должны мусорить. Чтобы не создавать неприятностей себе и окружающим, вам следует знать, как нужно пользоваться вещами, которые могут причинить вред здоровью. Человек изобрел множество машин для облегчения своего труда, научился пользоваться газом, электричеством, «приручил» огонь. Все эти полезные изобретения не только делают нашу жизнь удобной, но и требуют осторожности, соблюдения определенных правил.

Опасность подстерегает нас на кухне. Это включенная плита, газовая колонка, пол, покрытый линолеумом или плиткой - скользкий от пролитой на него воды. Аккуратности требуют и кипящий чайник, горячие кастрюли, сковородки. Если в доме беспорядок, возможность получить травму увеличивается. (Травма - это любое повреждение организма).

Какую травму можно получить в быту? (Все, которые связаны с бытовой техникой.)

Можно ли уберечься от травм? (Можно, если быть осторожным.)

 Чем лучше вы усвоите приемы выживания, тем легче справитесь с опасностями, которые могут подстерегать в повседневной жизни.

Дом в порядке содержи:

Вилки, ножницы, ножи,

И иголки, и булавки

Ты на место положи.

О каких опасных предметах мы говорили?

Чем они опасны?

Как правильно пользоваться ими?

**Памятка. Правила безопасного поведения в быту**

1 Пролив на пол воду или другую жидкость, постарайтесь сразу же ее вытереть, иначе можно поскользнуться и упасть.

2 Вынимая электрическую вилку из розетки, не тяните за провод - он может оторваться.

3 Не пользуйтесь электрическими приборами, когда моетесь в ванной или под душем.

4 Не оставляйте без присмотра сковороду с маслом — оно может вспыхнуть.

5 Не оставляйте включенной газовую конфорку.

6 При кипячении воды на плите чайник ставьте носиком ОТ себя, чтобы не обжечься горячим паром

7 При возникновении аварии (утечка воды, газа) позвоните родителям или в службу спасения по телефону 112)

8 Не открывайте дверь незнакомым людям

Ушибы, вывихи, ссадины, царапины и даже переломы - вес это результаты шалостей тех детей, которые не соблюдают правил безопасного поведения. По статистике, из-за таких шалостей погибает очень много детей.

**3 «Правила безопасного поведения на улице»**

Скажите, какие опасности подстерегают нас на улице. (Дорожные происшествия, ушибы, переломы.)

Рассмотрим их подробно.

а) В городе много автомобилей. Пешеходы - хозяева на тротуарах, машины - на проезжей части. Если те и другие соблюдают правила дорожного движения, то они не мешают друг другу. Водителей учат в автошколе, пешеходы изучают знаки дорожного движения.

**Памятка.**

**Правила перехода улицы в местах, где нет светофора**

1 Посмотрите налево.

2 Если нет машин, дойдите до середины улицы.

3 Остановитесь и посмотрите направо.

4 Если нет машин, идите дальше.

**Закрепление изученного материала**

**Тест**

**1   Опасно ли играть на тротуаре, на котором открыт люк теплотрассы?**

а) нет, мы часто там играем;

  б) очень опасно: можно упасть, получить травму и даже  
погибнуть;

в) опасно, так как можно упасть вниз;

г) конечно, нет.

**2 Стоит ли играть у края песочного карьера или глубокой  
канавы?**

а) нет, потому что край может осыпаться и утащить за собой вниз;

б) лучше не надо, можно упасть;

в) да, потому что там интересно;

г)  не знаю, но попробую.

**3    К чему могут привести последствия стрельбы из рогаток,  
трубочек, пневматических пистолетов?**

а)  можно разбить стекло;

б)  если увидят взрослые, то будут ругать;

в)  это опасно, потому что можно ранить человека;

г)   ничего страшного, лишь бы взрослые не видели.

**4 Можно ли ставить ловушки, капканы, подножки во время игры?**

а)  нельзя, случайный прохожий может попасть в ловушку;

б)  можно, это очень весело;

в)  нет, такие игры очень опасны;

г)  ничего страшного, лишь бы не видели взрослые.

**Ответы: 1-б, в; 2 - а; 3 - в; 4 - в. 3**

**4 «Правила безопасного поведения на природе»**

а) В лесу:

- правильно одевайся для прогулки в лес(на луг)

- не оставайся один

- не разводи костер

- не трогай гнезда птиц, норы животных, не срывай и не пробуй на вкус незнакомые растения

б) У водоема:

- не входи в воду без присмотра взрослых

- не мусор

- имей головной убор

- соблюдай правила загара

Что делать, если ребенок все-таки ушибся, порезался, сломал ногу или руку, обжегся, получил солнечный удар или получил другую травму? Звоните:

- родителям

- по телефону «Скорой помощи» 0.

- по телефону «Службы спасения» 112

- зовите на помощь взрослых

Соблюдайте правила, о которых мы сегодня говорили и будьте здоровы. Приятного вам летнего отдыха!

