

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской
области
«Специальная (коррекционная) школа № 33 г. Братска»

Конспект внеурочного мероприятия
«Кожа человека и ее здоровье»

Составила: Рыбалкина Т.Г.

2021г

Цели:

1. Способствовать формированию навыков и привычек ухода за кожей, ее защиты;
2. Развивать внимание, речь, сообразительность, осязательное восприятие;
3. Дать представление о строении кожного покрова, для чего он нужен человеку.

Форма проведения: беседа с элементами практики.

Этапы	Деятельность учителя и учащихся
I. Организационный.	-Здравствуйте, ребята! -Здравствуйте! -Я очень рада вас видеть. Садитесь, пожалуйста.
1. Постановка целей и задач.	- Как называется тема нашего сегодняшнего урока? Правильно. И сегодня я расскажу вам о том, как же устроена наша кожа, о ее значении в нашей жизни и о том, как нужно ее защищать.
II. Основной этап.	Основной этап
1. Вводная беседа.	Мы живем во Вселенной. Наша планета Земля покрыта оболочкой, которая защищает ее от проникновения метеоритов, перегрева, переохлаждения и т.д. Наше тело тоже со всех сторон покрыто особой оболочкой. Это кожа. Вам хотелось бы знать, для чего она необходима всем нам? - Сначала давайте познакомимся с ее строением. Посмотрите внимательно на свою кожу. Что вы видите? Ровная она или нет? Есть ли на ней какие-либо образования? Потрогайте, толстая она или тонкая? Твердая или мягкая? - Кожа гладкая, с волосками, мягкая и тонкая. - Наша кожа состоит из трех слоев (учитель показывает по таблице). Самый верхний слой – тонкий, но очень прочный. Он не дает пробраться внутрь микробам. Он защищает и от повреждений. Но частички верхнего слоя постоянно слущиваются. Чтобы удалить эти отмершие частички кожи, необходимо тщательно мыть кожу: раз в неделю с мочалкой и мылом. Еще в коже образуется пот и сало, которые выходят на поверхность. Рядом с волосками есть отверстия сальных желез (учитель показывает по таблице). Как вы думаете, ребята, какое имеет значение выделение пота и сала?

2. Эксперимент
«Свойства кожи».

- С потом выходят ненужные вещества, сало защищает кожу.

- Правильно, с потом выходят из организма вода и ненужные вещества. Сало предохраняет кожу от шелушения и образования трещинок. Это своего рода природный крем, который вырабатывает сама кожа.

Ребята, а что происходит, когда вам жарко?

- Выделяется пот.

-Правильно. А для чего это нужно?

- Чтобы тело охладилось.

- Молодцы, вы все правильно сказали. Пот выделяется для охлаждения нашего тела. А как реагирует кожа на холод? Что происходит, когда вы замерзаете?

- Появляется «гусиная кожа».

- Мышцы начинают дрожать и на коже появляются прыщики. Так кожа борется с холодом. А еще в самом нижнем слое кожи есть жир. Он тоже предохраняет от холода и замерзания.

А теперь давайте проведем эксперимент. Нужен самый честный ученик.

(Один из учащихся выходит, закрывает глаза, уши. Другой ученик подходит тихо к нему и прикасается к руке. Уходит и садится на место. Ученик по команде учителя открывает глаза и уши).

Что ты сейчас почувствовал? Что помогло тебе это определить?

- Прикосновение. Кожа.

- Кожа помогает нам определить (ощутить) прикосновение. Особенно чувствительны кончики пальцев. Не зря мы ощупываем кончиками пальцев какой-либо предмет, чтобы получить о нем информацию.

Давайте попробуем сравнить чувствительность кожи на разных участках. Теперь нужен самый внимательный ученик.

(Выходит ученик и отворачивается. Учитель берет ручку и катает по спине ученика).

Ощущаешь ли ты прикосновение? Можешь ли точно сказать, какой это предмет? Каких размеров, какой формы?

- Небольшой длинный предмет.

- На спине кожа воспринимает ощущения, но не так хорошо.

(Ученик закрывает глаза, учитель дает ему в руки тот же предмет, он его исследует кончиками пальцев).

Теперь ты можешь сказать, какой это предмет? Какой формы, какого размера? (Ученик называет дополнительную информацию).

Вот мы и убедились, что кончики пальцев куда более чувствительны, чем другие части тела. А теперь продолжим наш эксперимент Нам нужен самый чувствительный ученик.

(Учитель показывает ученику два одинаковых стакана с чистой водой, но в одном вода холодная, а в другом горячая).

Посмотри на эти два стакана. Можешь ли ты увидеть различия? А теперь потрогай рукой. Что чувствуешь?

- Вода холодная и горячая.

- Правильно. Значит с помощью кожи мы можем ощущать тепло и холод.

А теперь вызовем самого смелого ученика.

(Учитель слегка укалывает палец ученика).

Что ты почувствовал?

-Боль.

- Кожа помогает ощутить боль и тем самым предотвратить повреждения. Ведь если нам больно, мы отдергиваем руку.

Вот видите, ребята, какой непростой и важный орган – кожа!

Она:

1. Защищает.
2. Предохраняет от жары и холода.
3. Позволяет ощущать прикосновения, боль, тепло, холод.
4. Выводит ненужные телу вещества (вместе с потом).

3. Как уберечь кожу.

Мы убедились, что кожа – удивительный орган, который может многое. Но так ли она устойчива и невредима, как это может

	<p>показаться на первый взгляд?</p> <p>Давайте рассмотрим картинки. Что вы можете сказать о состоянии людей, изображенных на них?</p> <p>- Один загорает, другой замерз.</p> <p>- Если человеку жарко долгое время, то его тело перегревается. На солнце кожа получает ожоги. А если, наоборот, долго мерзнет – тело переохлаждается. И то, и другое может привести к болезням. Давайте послушаем, как правильно себя вести при перегреве и переохлаждении (Рассказ «Как избежать перегрева и переохлаждения»).</p>
<p>4. Как быть, если кожа повреждена?</p>	<p>Порезы, ушибы, ожоги – никто из нас от них не застрахован. Все это небезопасно. И, прежде всего, страдает кожа. Что же делать?</p> <p>Давайте рассмотрим плакаты, где показано, как оказать первую помощь в таких случаях.</p>
<p>5. Как ухаживать за кожей.</p>	<p>(Посмотрев, дети рассказывают, что нужно делать).</p> <p>Для того, чтобы кожа была здоровой, за ней необходимо правильно ухаживать. Давайте вместе попробуем составить правила ухода за кожей (записывают правила на доске).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Умываться, мыть руки с мылом. 2. Каждый день принимать душ, раз в неделю мыть тело мочалкой. 3. Своевременно обрабатывать порезы, ожоги, ушибы. 4. Не допускать перегрева или переохлаждения кожи. 5. Носить чистую, удобную одежду. Одеваться по погоде.
<p>IV. Заключительный этап.</p>	<p>Ребята, сегодня вы узнали много нового о коже, как она устроена и какое имеет значение для человека. А главное – как ее сохранить здоровой. Ведь здоровье кожи – это здоровье всего тела.</p> <p>Попробуйте дома тщательно изучить свою кожу, и, может быть, вы откроете еще что-то новое о коже, о чем мы с вами сегодня не поговорили. Спросите у родителей, какие бывают кожные болезни, как от них можно уберечься.</p> <p>Ребята, может кому-то было что-то непонятно? Кто что интересное запомнил?</p> <p>Молодцы, много запомнили из нашего урока и активно</p>

роботали.

Спасибо за урок, до свидания!