

Классный час



В школу!!!



**Письмо ученикам 1 класса
школы № 8 г. Улан-Удэ
по одному очень важному делу**

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмецо.

Я прошу вас: мойте чаще

Ваши руки и лицо!

Всё равно какой водою:

Кипячёной, ключевой,

Из реки иль из колодца,

Или просто дождевою.

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём,

Перед каждою едою,

После сна и перед сном.

Дорогие мои дети!

Очень-очень вас прошу:

Мойтесь чище, мойтесь чаще, -

Я грязнуль не выношу!

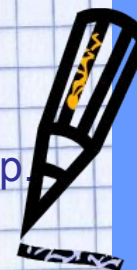
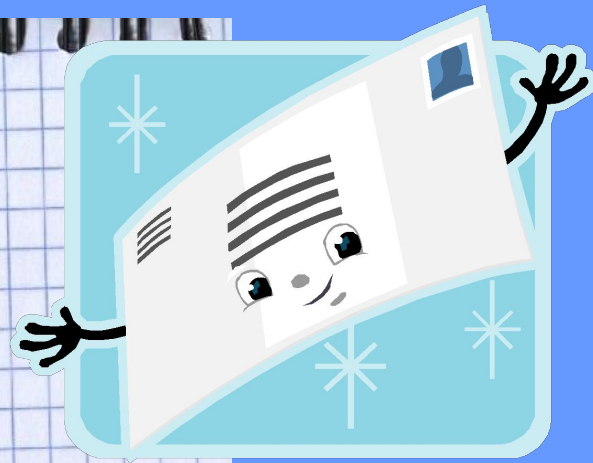
Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

Сам я моюсь очень часто.

До свиданья!

Мойдодыр.

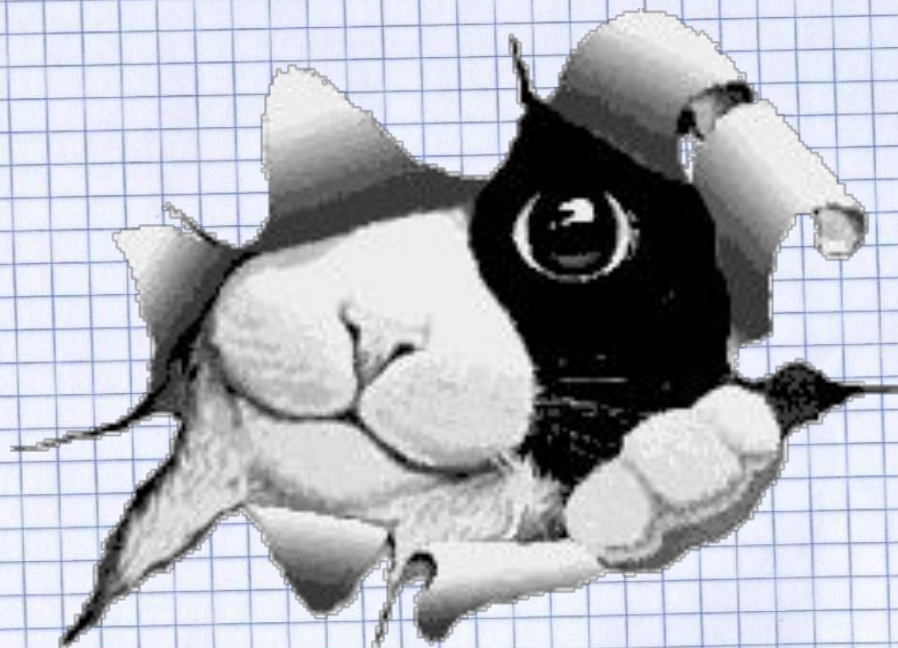




**Я живу и бед не знаю,
Мыло в глаз не
попадает,
Щетка десна не
дерет,
Губка жесткая не
трет,
Огурцы, морковь не
мою.
Хочешь, друг, пойдем
со мною.**

Дорогие ребята!

Попробуйте отгадать интересные загадки.



**Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Дело ясное вполне:
Пусть отмоеет руки мне.**



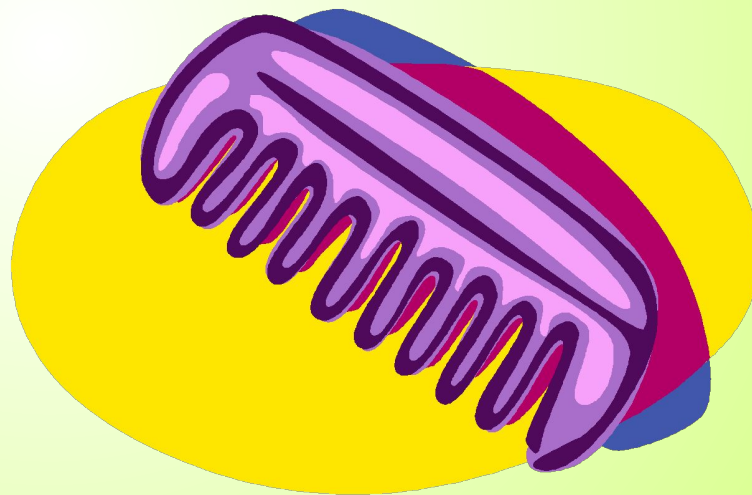


**Белый-белый порошок
Между зубок скок-поскок.
Заблестели зубки,
Раскраснелись губки.**

**Гладкое и полосатое,
Вафельное и мохнатое,
Всегда под рукою.
Что это такое?**



**Хожу-брожу не по лесам,
А по усам, по волосам.
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.**





**Хлопотун Егорка
Взялся за уборку,
В пляс по комнате пошёл,
Оглянулся – чистый двор.**

**Лёг в карман и караулю
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос.**



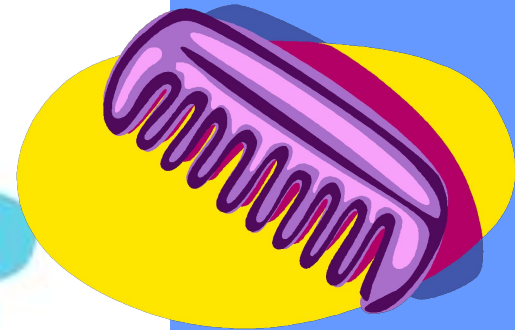
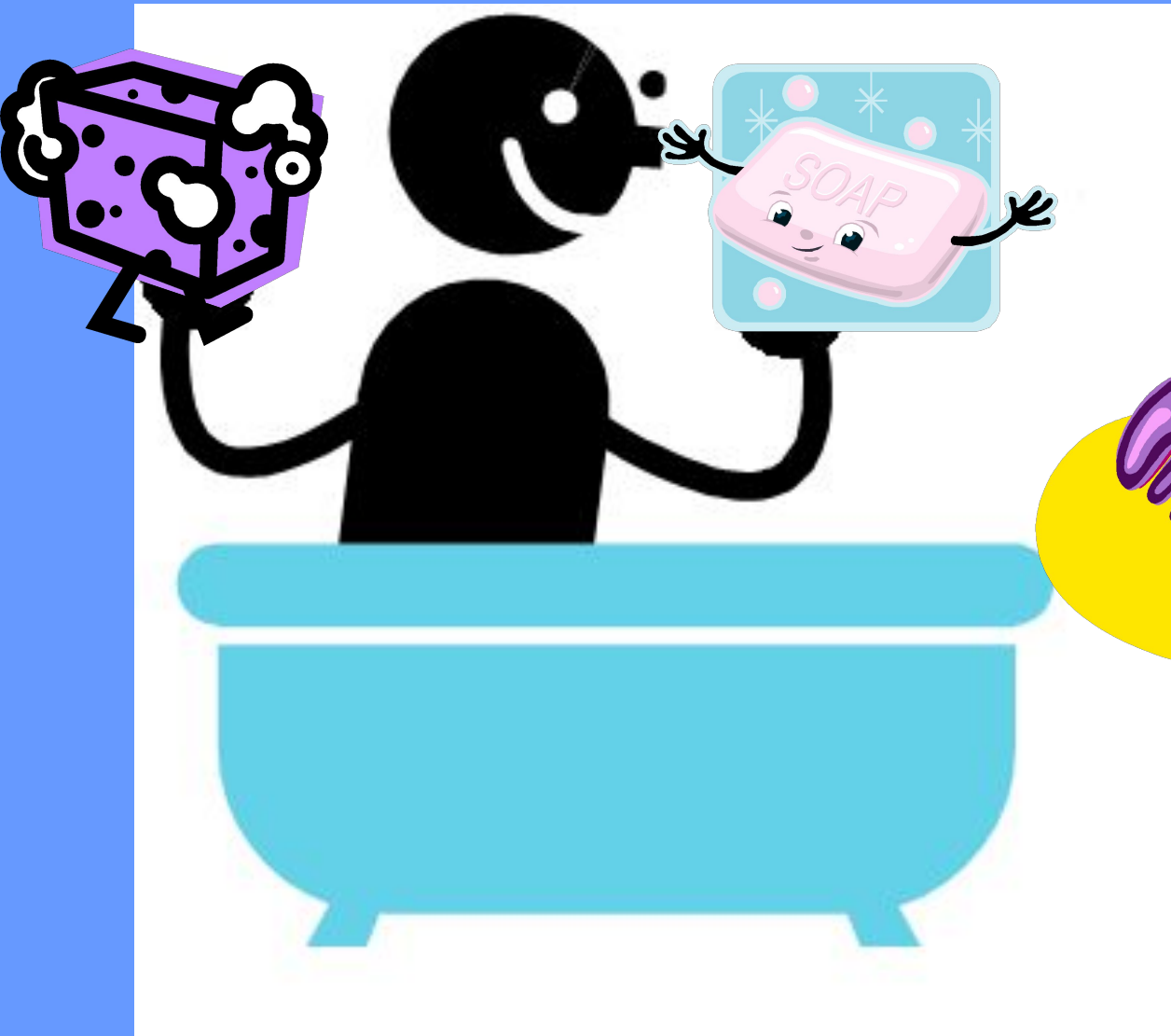


**Есть у нас в квартире робот,
У него огромный хобот.
Любит робот чистоту
И гудит, как лайнер: «Ту-у!»**



**Ответьте – ка,
ребятки, мне на
следующие вопросы:**

- ✓ Почему надо умываться?
- ✓ Как надо умываться?
- ✓ Для чего необходимо чистить зубы?
- ✓ Зачем нужно делать утреннюю зарядку?
- ✓ Что нужно делать, чтобы всегда одежда была чистой и опрятной?





**Жил на свете
старичок -
скрюченные ножки,
И гулял он целый век
по скрюченной
дорожке.
И была у старичка
кривенькая спинка,
А за ним шла по
пятам горбатая
смешинка,
Но не видел
старичок ни цветка,
ни веточки,
Потому что потерял
он свои очки!**

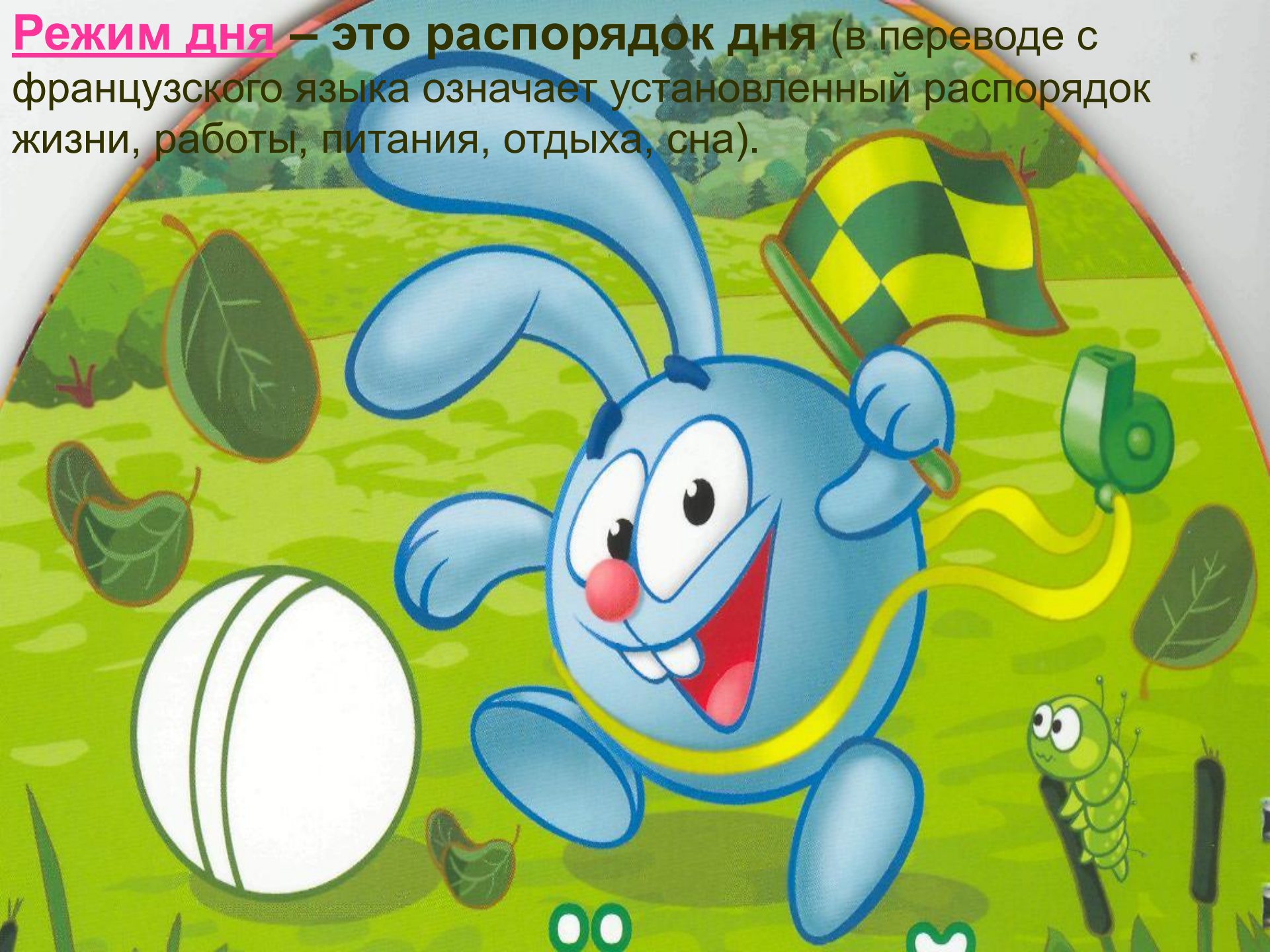
Физкультминутка

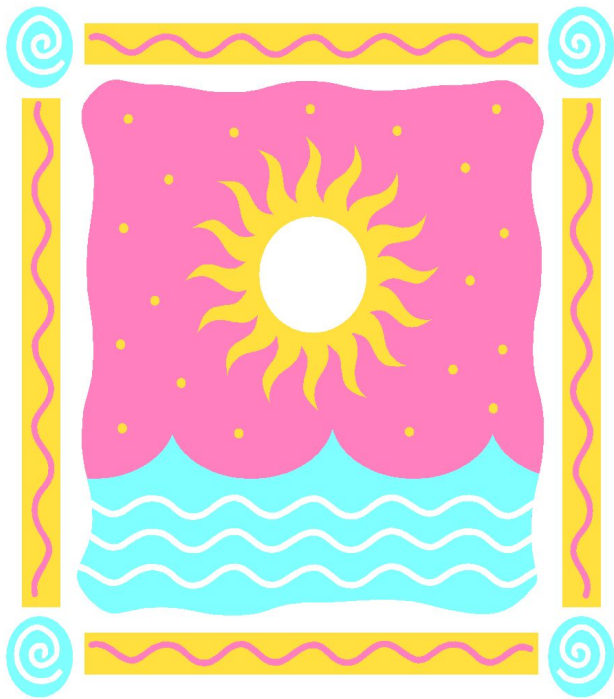


**Отдых наш - физкультминутка,
Занимай свои места:
Раз - присели, два - привстали.
Руки кверху все подняли.
Сели, встали, сели, встали
Ванькой-Встанькой словно
стали.
А потом пустились вскачь,
Будто мой упругий мяч.**



Режим дня – это распорядок дня (в переводе с французского языка означает установленный распорядок жизни, работы, питания, отдыха, сна).





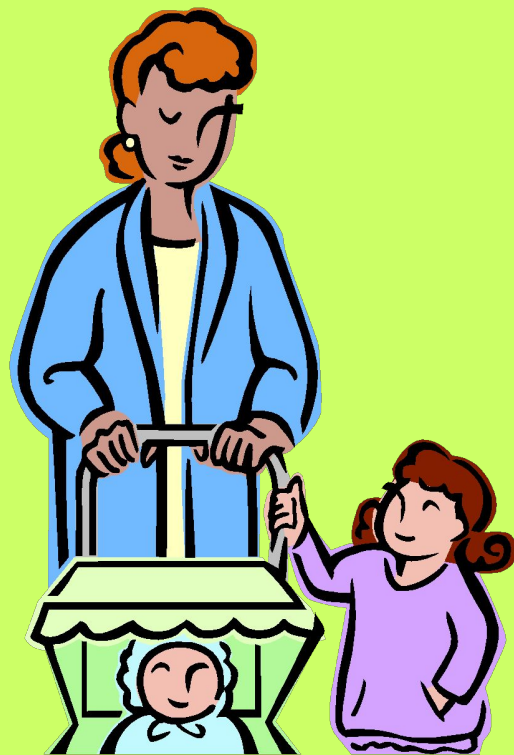
Чтоб прогнать тоску и
лень,
Подниматься каждый день
Нужно ровно в семь
часов.

Отворив окна засов,
Сделать легкую зарядку
И убрать свою кровать!
Душ принять.

И завтрак съесть.
А потом за парту сесть!



**сиди
И все тихо
слушай.
За учителем
седи,
Наостривши
уши.**



**После школы отдохай,
Но только не валяйся.
Дома маме помогай,
Гуляй, закаляйся!**



Пообедав, можешь сесть
Выполнять задания.

Все в порядке, если есть
Воля и старание.

**Соблюдаем мы всегда
Распорядок строго дня.**

**В час положенный
ложимся,**

В час положенный встаем.

Нам болезни нипочем!



- **Растительная**



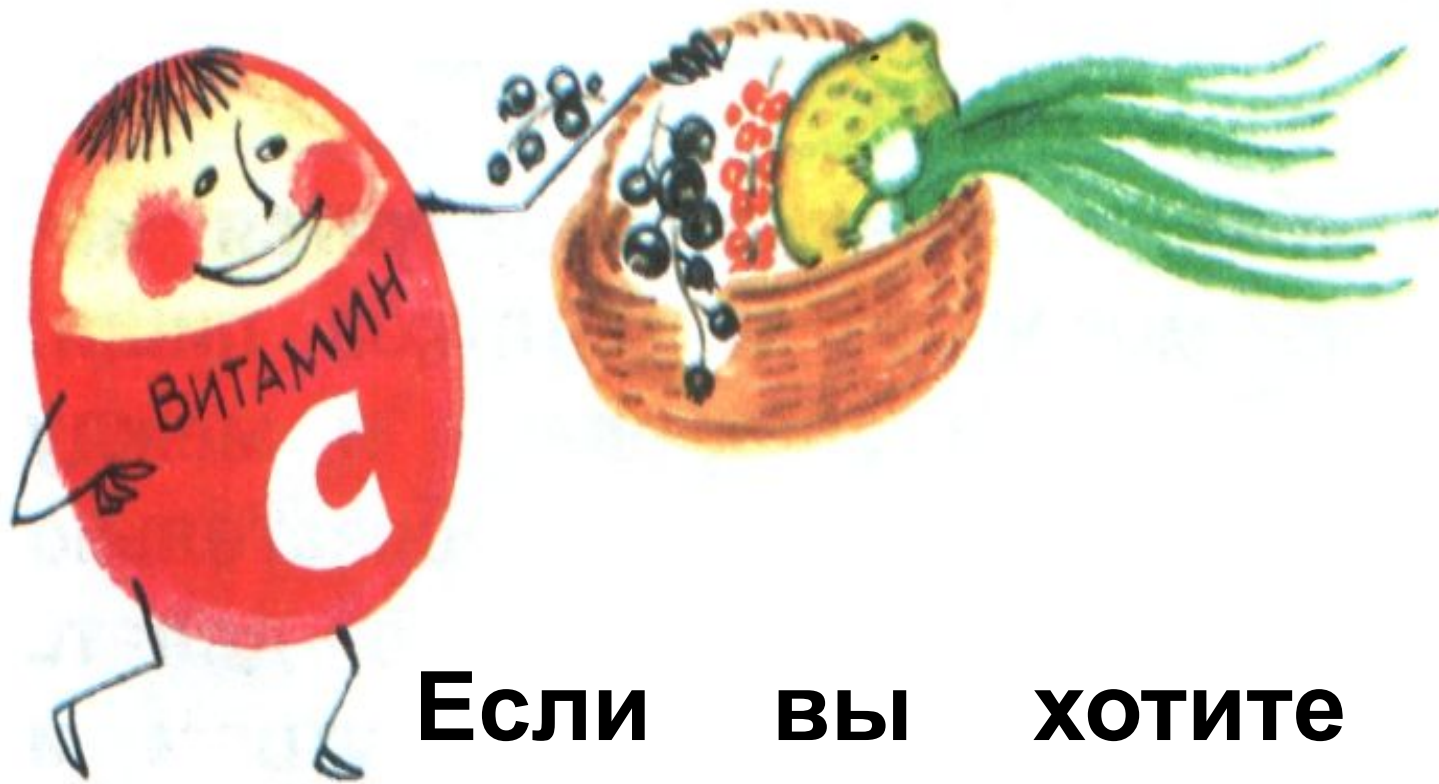
- **Животная**



**Если вы хотите
хорошо расти,
хорошо видеть и
иметь крепкие
зубы, вам нужен
я!**

**Если вы хотите быть
сильными, иметь
хороший аппетит и не
хотите огорчаться по
пустякам, вам нужен
я!**





**Если вы хотите реже
простужаться, быть
бодрыми, быстрее
выздоровливать при
болезни, вам нужен Я!**

«Чистота – залог здоровья»

«Здоров будешь – все добудешь»

«Береги платье снову, а здоровье - смолоду»

«Чисто жить – здоровым быть»

«Болезнь с грязью в дружбе».



*Пословицы и
поговорки*

ЧИСТОТА

ДВИЖЕНИЕ

ЗДОРОВЬЕ

режим

питание