**Цель:**

* развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями в условиях школы-интерната.

**Задачи:**

* формирование у воспитанников навыков самостоятельной жизни;
* освоение теоретической информации, а также приобретение практических бытовых навыков;
* развитие умений, необходимых детям с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности.
* формирование у учащихся умение и желание соблюдать и выполнять режимные моменты.

**Цели**

*коррекционно-образовательная:*

* познакомить с понятием «режим дня», "утренние процедуры";
* способствовать формированию и развитию умений и навыков по выполнению и соблюдению режима дня

*коррекционно-развивающая:*

* прививать навыки здорового образа жизни;
* развивать гигиенические навыки;
* способствовать развитию речи учащихся

*коррекционно-воспитательная:*

* способствовать формированию и развитию эстетических качеств личности;
* развивать самостоятельность учащихся

**Тип урока:** освоение и закрепление материала.

**Методы и приёмы обучения:** рассказ, беседа, практическая, самостоятельная, дифференцированная работа

**Формы организации познавательной деятельности:** индивидуальная, фронтальная, дифференцированная.

**Ход занятия**

Ребята, сегодня у нас необычное занятие, у нас сегодня много гостей, но я думаю это вас не должно смущать. Итак, начнем и прежде всего давайте вспомним **правила поведения на занятии.**

Когда звонок раздался снова,

К занятиям будь всегда… (готовым)

Говорите четко, внятно,

Чтобы было все… (понятно)

А помочь захочешь другу-

Подними спокойно …(руку)

Если друг стал отвечать,

Не спеши …(перебивать)

На занятии будь старательным,

Будь спокойным и …(внимательным)

- Молодцы

**Задание первое**: перед вами кроссворд, разгадав его вы узнаете первое слово (подъем)

**Задание второе**: отгадайте загадки, и вы угадаете ключевое слово разгадки (утренние процедуры)

**Загадки**

Мною можно умываться.

Я умею проливаться

В кранах я живу всегда

Ну конечно я …(вода)

Гладко и душисто, моет очень чисто.

Нужно, чтоб у каждого было.

Что это, ребята? */мыло/*

Гладкое, полосатое,

Мягкое и лохматое,

Всегда ты со мною,

Когда руки мою. */полотенце/*

Зубов много,

А ничего не ест. */расчёска/*

Костяная спинка,

Жёсткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

нам усердно служит. */зубная щётка/*

**Задание третье**: разгадайте шифрограмму и узнаете следующее слово (зарядка)

**Задание четвертое**: разгадайте еще один кроссворд и угадаете следующее слово (завтрак)

**Задание пятое:** разгадайте очередную шифрограмму и узнаете слово (глажка)

**Задание шестое:** разгадайте кроссворд по картинкам, первая буква угаданного предмета является первой буквой слова и т.д. (сбор в школу)

-Молодцы

Итак, давайте повторим все угаданные слова. Хорошо, скажите вам ничего не напоминают эти слова (распорядок дня или режим дня)

Это ребята была теоретическая часть нашего занятия, а сейчас перейдем к практике.

-Следите внимательно за выполняющими действиями, замечайте где допущены ошибки, нарушения.

Звонок будильника- подъем (будильник)

Утренние процедуры (щетка, паста, мыло, полотенце)

Зарядка (игра-развлечение)

Завтрак (рассказ о технике безопасности с электроприборами) (микроволновка, чашка, ложка, бокал, пакетик с кашей, молоко)

Глажка (рассказ о технике безопасности с электроприборами) (доска, утюг, вещи)

Сборы в школу (портфель с учебными принадлежностями)

Молодцы, давайте с вами повторим, о чем мы с вами говорили, что каждый из вас узнал нового, а кто закрепил знания Ответы детей.

А теперь ребята мне хотелось бы чтобы каждый из вас написал свой режим дня, ведь в каждой семье режимные моменты разные

**Итог:** Школьная жизнь полна событий и впечатлений и, безусловно, отличается от каникулярного времени. Нарушение режима дня, недостаток сна, питания, все это влияет на состояние здоровья и успеваемость в школе.

Вы должны научиться планировать и контролировать свой [режим дня:](https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/rasporyadok-dnya-skolnika/) просыпаться и засыпать в одно время, даже в выходные и праздничные дни, делать утреннюю гимнастику, чистить зубы дважды в день, заботиться о чистоте своей одежды, комнаты.

[Соблюдение правил личной гигиены](https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/licnaya-gigiena/) – обязательный компонент здорового образа жизни. Содержать свое тело и одежду в чистоте необходимо каждому человеку. Нужно с самого детства привить понимание о важности регулярного [мытья рук с мылом](http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/4373) не только перед едой, но и после улицы, общения с животными, после игр.

[Правильное (рациональное) питании](http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/580), - залог здоровья, прием пищи в течение дня должен быть в определенные часы.

Свободное время посвятите двигательной активности, желательно на свежем воздухе.

Физическая активность облегчает переход от сна к рабочему состоянию, позволяет «зарядить» организм бодростью на целый день.

Один из важнейших моментов режима дня – отдых, именно активный отдых, который заключается в смене одного вида деятельности другим.

Прислушивайтесь к своему здоровью и своевременно сообщайте родителям о том, что беспокоит, не терпите боль, недомогание.

Запомните - *Правильный режим дня школьника – залог крепкого здоровья и успешной учебы.*

Оценка занятия с помощью смайликов