**Диспут среди воспитанников учреждения «Гладить или нет? Все доводы за и против» (формы работы с подростками)**

**Цель:**ознакомление детей с правилами глажки белья.

**Задачи:**

Воспитательно-реабилитационные:

**-**  формироватьу детей аккуратность;

Развивающие:

- развитие, координации движения рук;

Информирующие:

- ознакомление ребят с правилами глажки полотенец, платочков.

**Оборудование**: картинка с изображением чугунного утюга, гладильная доска,

утюг, платочки, полотенце.

**Ход занятия**

**Организационный момент.**

Воспитатель: Ребята, сегодня мы с вами поговорим об уходе за одеждой. А именно о том, как правильно гладить белье.

**Мотивационно - ориентировочный этап**.

Воспитатель: Процесс глажки белья пришел к нам с древних времен, белье гладили наши прабабушки и прапрабабушки. Но у них были большие чугунные утюги, нагревали которые не от электричества, от горячих углей. Посмотрите на картинку и вы увидите старинный утюг*.(Воспитатель показывает изображение утюга).* В 1636 году зафиксировано первое на Руси письменное упоминание об утюге: железный утюг был сделан неким мастером в Царицыны палаты. Сегодня этот прибор есть в каждом доме, но так ли уж он необходим...

Это занятие отнимает много сил и, главное, времени, которое можно было бы потратить куда более продуктивно: приготовить что-нибудь вкусненькое, погулять с собакой, провести время с близкими или посвятить его себе, любимой — ну, там, маску сделать, маникюр, книгу почитать, чаю выпить, да хоть бы и перед телевизором отдохнуть полчасика… Многие хозяйки воспринимают это занятие, как неизбежное зло, регулярно жертвуя половиной выходного, чтобы отутюжить, накрахмалить или отпарить гору белья.

**Основная часть.**

Воспитатель: Наши прабабушки всю свою сознательную жизнь кипятили, накрахмаливали и гладили постельное бельё. Но на самом деле, это необязательно. Более того, учёные выяснили, что глажка простыни и пододеяльника может плохо сказаться на качестве вашего сна и на самочувствии

## Плюсы и минусы глажки постельного белья

Воспитатель: Ответьте на вопрос : Плюсы и минусы глажки белья (Дети отвечают, воспитатель систематизирует)

**Плюсы**

1.Если вы привыкли стирать постельное бельё при температуре 30–40 °C, то глажка необходима. Благодаря ей убиваются бактерии и личинки пылевых клещей. Кто эти милые существа? Это наши соседи, познакомьтесь! Милые членистоногие живут с нами в одной постели и в пыли, которая лежит на полках. К счастью, клещи настолько крохотные, что не видны человеческому глазу, поэтому нам свойственно забывать о их существовании. Пылевые или постельные клещи питаются ороговевшими частичками кожи. Чем опасно такое соседство? Для большинства людей ничем, те кто следит за порядком, вовремя проводят уборку и гладят белье, почти никак не страдают, некоторые люди имеют аллергию на пылевых клещей. Часто прогрессирует аллергический ринит, появляется плохое самочувствие, апатия, беспокойный сон, зуд и даже конъюктивит! Единственная борьба с этими милыми обитателями постели заключается в регулярной влажной уборке и тщательной стиркой и проглаживании на высоких температурах постельного белья. Благодаря этому популяция пылевых клещей уменьшится и вы не будете находиться в группе риска.

2.Выглаженные вещи имеют эстетичный вид. Ну и износостойкость в процессе глажки увеличивается, так как ткань заплавляется, что позволяет волокнам не расщепляться. В действительности утюг гораздо лучше справляется с мятым бельем после сушки, к тому же делает ткань более мягкой и комфортной на ощупь. Дополнительное прогревание сохраняет свежесть белья намного дольше. Благодаря утюгу качество вещей сохраняется дольше.

### 3. Гигиена. Возвращаясь к теме гигиены хочется добавить, что глажка белья - это не только помощник в избавлении от постельных клещей, но и избавление от других микробов, которые могут нанести вред нашему нежному организму. Например, к вам пришел в гости знакомый с насморком, и он обмакнул лицо полотенцем, которое весит в ванной. Даже если вы на высоких температурах постирайте полотенце, это не избавит его от вирусов и бактерий, которые притащил к вам гость, тем более вы можете испортить ткань. Более эффективно продезинфицировать полотенце утюгом – помощником для любой хозяйки.

**Минусы**

1.Глажка занимает очень много времени. Современные технологии не стоят на месте, и теперь почти в каждой стиральной машине есть режим лёгкой сушки и даже глажки. Бельё можно стирать при температуре 60 °C и выше, что позволит убить всех микробов и пылевых клещей при стирке.

2.При глажке разрушается структура волокна и ткань становится значительно плотнее. Она больше не дышит и теряет свою способность пропускать избыточное тепло и впитывать влагу. Из-за этого человека может мучить бессонница.

### 3. Само разгладится. И это утверждение верно! Со временем в действительности одежда, белье, полотенца во время использования разгладятся и придадут лучший вид, нежели сразу после стирки. Однако, не глаженное белье перестает быстрее быть свежим. Но хозяек это больше не волнует, потому что машинка-автомат всегда под рукой, и ее в любой момент можно запустить!

### 4. Столько альтернативных способов существует, которые справляются с морщинами на белье быстрее, чем утюг.Сейчас существуют сушильные машины, которые прогревают свежее белье на высоких температурах, таким образом дезинфицируя его. Если раньше сушилка была встроена в стиральную машину и портила вещи, то сегодня сушильная машина максимально деликатно высушивает вещи и убивает микроорганизмы, которые проживают на одежде и белье. Если правильно положить в чудо-робота белье, то он высушит изделие без морщин и свежее горячая ткань порадует вас. Однако, нужно помнить, что не все виды ткани предназначены для сушки в сушильной машине!

Паровой утюг – достаточно нескольких легких движений и пар разгладит свежую рубашку, процесс глажки одежды значительно ускоряется, но для постельного белья такой утюг не очень подходит.

Воспитатель: Как вы считаете, нужно ли использовать утюг в хозяйстве? (ответы детей)

Многие в интернете разводят споры о необходимости в глажке белья и одежды. Фактически хозяйки разделились на два лагеря: кто-то согласен с тем, что нужно гладить, а кто-то с пеной у рта доказывает, что утюг – это прошлый век и лишняя трата времени. Давайте разберемся в этом вопросе, почему современные домохозяйки склоняются к тому, что нет необходимости гладить белье и почему на самом деле от утюга зависит наше благополучие.

Воспитатель: Откуда появился спор о том, что нужно или нет гладить белье? (ответы детей)

Сейчас в интернете среди коротких видео в двадцать секунд длительностью распространен такой контент, как домохозяйка наводит порядок в собственной квартире: убирается, разбирает стиральную машину, укладывает ребенка спать и так далее. Некоторые из таких блогеров, высказали свое мнение о том, что нет никакой необходимости гладить постельное белье, по определенным причинам. Во-первых, это трата времени на бесполезное занятие. Во-вторых, если так нужно разгладить морщины на простыне, то можно воспользоваться массой быстрых способов, которые их убирают.

Давайте порассуждаем, в действительности утюг стоит закрыть в долгом ящике и забыть навсегда, или все же он необходим в каждом доме? (рассуждения детей)

Воспитатель: Для постельного белья есть отдельный способ, который гуляет по интернету. Если вы хотите, чтобы ваши вещи выглядели гладко, просто налейте в пульверизатор воды и попшикайте на белье. Резкими движениями растяните ткань по кровати и оставьте на несколько часов до полного высыхания, после этой процедуры белье будет мягким и разглаженным!

По личному опыту домохозяйки хочу сказать, **я не глажу одежду**, но обязательно утюжу постельное белье и полотенца. Одежда может разгладится в процессе сушки на веревке, если повесить футболку или свитер на вешалку, джинсы разглаживаются самостоятельно, но постельное белье и полотенца постоянно мятые, поэтому их гладить необходимо.

К тому же, во сне человек проводит треть своей жизни, поэтому комфортный сон без вреда для здоровья необходимо себе обеспечить. Полотенца постоянно касаются лица и рук, чистота этих зон необходима для здоровья, поэтому я тщательно стираю и утюжу на высоких температурах платки.

## Воспитатель: А как вы думаете, когда глажка необходима? (ответы детей)

* Если в вашем доме есть дети до года, то [бельё](https://www.sima-land.ru/komplekty-v-krovatku?news_id=6029), на котором они будут спать, нужно гладить.
* Если у вас или у ваших домочадцев есть кожные заболевания. Рекомендуется иметь отдельное постельное бельё, которое нужно регулярно стирать при высокой температуре и проглаживать.

Воспитатель: Как вы считаете существуют ли ткани, не требующие глажки? ( ответы детей)

Воспитатель: Убеждены, что [лучше покупать постельное бельё из материала](https://www.sima-land.ru/o-kompanii/novosti-kompanii/3766/?news_id=6029), который требует минимум ухода? Тогда рекомендуем покупать комплекты из следующих тканей:

**Лиоцел** — почти не мнётся и не капризен в уходе. Хорошо впитывает влагу и испарения. А ещё обладает природной антибактериальностью: в нём не заводятся бактерии, плесень и пылевые клещи.

**Бязь** — ещё одна ткань, которая не нуждается в глажке благодаря своей плотности и упругости. Достаточно после стирки хорошо расправить влажное бельё и дать ему высохнуть.

**Жатый хлопок** — гипоаллергенный натуральный материал, который быстро впитывает влагу и тут же высыхает. Благодаря фактуре такой комплект не нужно гладить.

Гладить бельё или нет, однозначного ответа не существует. Каждая хозяйка решает это для себя сама. Гладьте, если это доставляет вам комфорт и успокоение. Ну а если не успеваете привести бельё в порядок, не испытывайте угрызений совести. Говорят, что женщины в Европе не гладят, а значит, и вам можно.

Воспитатель: А как вы относитесь к глажке белья? (ответы детей)

Воспитатель: А теперь, ребята, отгадайте загадку, и вы узнаете, о чем пойдет речь дальше.

Он не падает на бок,

Сверху у него горбок,

А точнее ручка.

После стирки расправляет

Вещи эта штучка. (Утюг)

Воспитатель: Для комфортной глажки необходимо правильно выбрать утюг и правильно установить гладильную доску. Расстояние между доской и локтем должно составлять 27см, независимо от позы, в которой вы гладите, сидя ли или стоя. Несоответствие приведет к быстрой усталости рук, в запястьях могут появиться болевые ощущения.

Воспитатель: Перед тем как начать гладить белье, проверьте, в каком состоянии подошва утюга: она не должна содержать следов загрязнений или нагара. В зависимости от материала подошвы, при необходимости почистите утюг. Определиться со способом чистки помогут рекомендации производителя. Не следует чистить подошву острыми предметами и бытовой химией. Издавна практикуется чистка подошвы утюга с помощью мелкой просеянной соли; для этого пройдитесь по ней горячим утюгом.

Воспитатель: Ребята, послушайте несколько полезных советов, которые вам пригодятся, когда вы будете гладить белье.

1. Начинать глажку белья лучше с вещей из более тонких и хрупких тканей. Подобные вещи следует гладить на низких температурах. В последнюю очередь гладьте вещи из плотных и грубых материалов. Связана такая очередность с тем, что утюгу требуется для остывания гораздо больше времени, чем для нагревания. Следовательно, придерживаясь такого порядка, можно сберечь вещи и сэкономить время.

2. К разным тканям необходим разный подход. Так, льняные вещи лучше гладить слегка недосушенными. При этом используйте марлю или гладьте с изнанки, в противном случае ваши вещи начнут лосниться. Именно поэтому через марлю гладят одежду из фланели, шерсти, вельвета, твида. Такой же подход необходим к костюмам из темных тканей.

3. Белье изо льна и свитеры из трикотажа гладьте плавными неторопливыми движениями по направлению вверх или вниз, избегайте суетливо водить утюгом по кругу или из одной стороны в другую.

4. Если перед вами вещь, украшенная бисером, вышивкой или стразами, гладьте ее через маховое полотенце, предварительно его смочив. Так вы защитите отделку от повреждения.

5. После того как вы погладили вещи, не спешите тут же их развешивать, дайте им остыть. Чтобы избежать повторной глажки, аккуратно сложите или развесьте поглаженные вещи. Хорошо, если ширина и длина плечиков соответствуют одежде. Для брюк лучше использовать вешалки с клипами, удерживающими их в висячем прямом положении.

Воспитатель: Для закрепления полученных знаний я предлагаю вам попробовать погладить своё полотенце или носовой платок*. (Дети под контролем воспитателя по очереди гладят свои платочки или полотенца)*

Воспитатель: Молодцы, ребята, славно вы сегодня потрудились.

Физкультминутка.

Дружно помогаем маме –  
  Мы бельё погладим сами, (водят рукой по столу)

Раз, два, три, четыре, (движения рукой в стороны )

Потянулись, (повесили бельё)

Остановились.

Хорошо мы потрудились! (рукой гладим себя по голове)

**3.Рефлексия**

1.Что нужно сделать перед началом глажки белья?

2.Какие полезные советы по глажке ты запомнил(а)?

3.Для чего и зачем нужно гладить белье?

5 причин гладить постельное белье.

## ПРИЧИНА 1: КОМФОРТ

Во время глажки и отпаривания белья волокна ткани подвергаются активной термообработке, благодаря чему размягчаются, и ткань становится более гладкой и комфортной на ощупь. Это может быть незаметно, ведь мы не можем разглядеть каждую ниточку, — но попробуйте сравнить свои тактильные ощущения от сна на глаженной и нетронутой утюгом наволочке.

## ПРИЧИНА 2: ДЕЗИНФЕКЦИЯ

Воздействие высоких температур несет еще одну полезную функцию — горячий пар убивает вредные микроорганизмы и бактерии, которые могут затаиться в волокнах ткани. Выставляйте температуру 90 градусов и включайте режим отпаривания. Это особенно важно в период восстановления после болезни, когда лишние удары по иммунитету ни к чему.

## ПРИЧИНА 3: СТОЙКОСТЬ

Проходя термообработку, волокна ткани не только размягчаются, что дает эффект большей гладкости и мягкости — высокие температуры «закаляют» волокна ткани, что предотвращает их расщепление. Таким образом, регулярная глажка белья станет профилактикой его износа.

## ПРИЧИНА 4: ЭТО НЕ ТАК СЛОЖНО

Многие жалуются, что необходимость гладить постельное белье отнимает у них не один час свободного времени. Чтобы ускорить процесс, воспользуйтесь небольшим лайфхаком — доставайте утюг, когда белье не до конца просохло. Дело пойдет бодрее, а результат будет более ощутимым. Еще один полезный прием — используйте для глажки стол вместо доски. Большая площадь позволит быстрее справиться с мятой тканью.

## ПРИЧИНА 5: ЭСТЕТИКА

Если в вашем доме остаются гости, состояние постельного белья, которым вы будете застилать их кровать, скажет о вас куда больше, чем вы думаете. Поэтому, если вам важно произвести впечатление, не поленитесь тщательно прогладить комплект. Идеально ровное белье позволит почувствовать себя в первоклассном отеле.