

Предметная область: Окружающий мир (автор: Н. Ф. Виноградова)

Тема: «Твое здоровье»

Цели урока:

- сформировать у учащихся представление о понятии «здоровье» и здоровом образе жизни;
- познакомить с правилами, помогающими сохранить крепкое здоровье;
- установить причинно – следственные связи между полезными привычками и здоровьем;
- воспитывать навыки здорового образа жизни;
- развивать устную речь, умение быстро и чётко работать фронтально и группами;
- формировать положительную мотивацию обучения учащихся на уроке;
- развивать умение размышлять и самостоятельно делать выводы.

Учебные задачи, направленные на достижение личностных результатов обучения:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, к иной точке зрения;
- формирование эмоционально- ценностного отношения к окружающему миру
- формировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- развивать логическое мышление, умение грамотно выражать свои мысли;
- воспитывать бережное, грамотное и ответственное отношение к своему здоровью;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- развивать у детей потребность в получении новых знаний, умение применять их в повседневной жизни.

Учебные задачи, направленные на достижение метапредметных результатов обучения:

- формирование умения работать с новой информацией по теме (отбирать, выделять, обобщать);
- формирование умений отличать признаки здорового человека от больного (познавательные УУД);
- формирование умения выстраивать речевые высказывания;
- формирование умений работать в статичных группах (коммуникативные УУД);
- формирование начальных форм рефлексии (регулятивных форм рефлексии УДД);

Учебные задачи, направленные на достижение предметных результатов обучения:

- освоение знаний по теме «Здоровье».

Методы и приёмы: беседа, рассказ, решение проблемной задачи, игра, групповая

работа, работа с учебником, работа с иллюстративным материалом.

Формы работы: фронтальная, индивидуальная, работа в парах, групповая.

Оборудование: ПК учителя, мультимедийный проектор, презентация POWER POINT «Секреты здоровья», конверты с секретами здоровья, плакат с эмблемой змеи, задание «Цветок здоровья» для работы в группах, раздаточный материал «Режим дня» для домашнего задания, учебник «Окружающий мир»

Методическая литература:

- «Окружающий мир», 1 класс: методика обучения, Н. Ф. Виноградова, Москва, Издательский центр «Вентана - Граф», 2012 год;
- Методическое пособие для учителей начальных классов «Растим здоровых, умных, добрых», Е. В. Посошенко, ГОУ ДПО «Ростовский областной институт повышения квалификации и переподготовки работников образования»;
- Учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя «Полезные привычки», Т. Б. Гречаная, Л. Ю. Иванова, О. Л. Романова, ООО «АТО», г. Ростов – на – Дону, 2002 год;
- Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений «Окружающий мир», часть 1, Н. Ф. Виноградова, Москва, Издательский центр «Вентана - Граф», 2013 год.

Ход урока.

1. Мотивация к деятельности (организационный момент).

Поприветствуем гостей.

(Психологический настрой). Я улыбнусь вам, а вы улыбнитесь друг другу.

Подумайте, как хорошо, что мы сегодня все вместе. Мы спокойны, добры, приветливы.

Закройте глаза. Глубоко вдохните и выдохните. Выдохните вчерашнюю обиду, беспокойство, злость. Вдохните в себя свежесть раннего утра, тепло солнечных лучей. Я желаю вам хорошего настроения и бережного отношения к себе и друг к другу.

Цель: снять напряжение, мотивировать учащихся к продуктивной учебной деятельности путём установления доброжелательной атмосферы.

2. Постановка проблемы.

Когда ждали гостей, звучала музыка. Как понимаете слова: жить здорово здорово.

- Почему жить здорово здорово? **Слайд №1**

Что значит быть здоровым? (Не болеть)

- Вы всё правильно сказали. Здоровье – это нормальная работа всего организма.

Цель: Подготовка к определению темы урока.

3. Определение темы урока.

- Я думаю, что вы уже знаете о чём мы будем говорить сегодня на уроке. О чём? О здоровье. Тема нашего урока – «Твое здоровье». **Слайд №2**

И также, не случайно, эмблемой нашего урока я выбрала змею. Змеиный яд используется при изготовлении многих лекарств, поэтому змея является символом мудрости и здоровья.

4. Реализация темы урока.

- А теперь давайте посмотрим, что думает об этом наша змейка. (Нужно выйти и открыть каждую капельку. В них надписи: красота, сила, ум, счастье, жизнь!!!)

Слайд № 3

-Посмотрите внимательно и скажите, чем отличаются эти деревья? **Слайд № 4**

- Почему произошло так, что одно дерево красивое, а второе – нет?

- Первое дерево поливали, было достаточно солнечного света, его удобряли, т.е.кормили. За этим деревом ухаживали.

- Человеческий организм также нуждается в том, чтобы за ним ухаживали, иначе он «сломается» и будет похож на это дерево.

Игра «Дружная семейка».

-Мы с ребятами хотим вам показать, как работает здоровый и больной организм. У здорового организма все органы работают дружно, помогают друг другу. (Дети становятся в круг, берутся за руки, по команде они начинают одновременно приседать и вставать). Так работает здоровый организм.

Расскажите, что с вами происходит, когда вы заболеваете? (Ответы детей). Один человек начинает приседать чуть быстрее или чуть медленнее. Работа цепочки нарушилась.

- Вот так чувствует себя больной организм. Если заболевает один орган – нарушается работа всего организма. (Посадить на места).

Цель: выявить уровень компетентности детей в умении отличать здоровый организм от больного.

5. Актуализация знаний.

1. -Когда я попросила вас дома сделать рисунки, которые вы уже рассмотрели сегодня, то у первого варианта вопросов не было, потому что им нужно было нарисовать здорового человека, а вот второй вариант, которому нужно было нарисовать заболевшего человека, был не очень доволен, многие даже подходили и

просили меня: «А можно я тоже нарисую здорового человека?» Как вы думаете, почему некоторые из вас не хотели рисовать больного человека? (Люди не любят болеть, все хотят быть здоровыми и даже рисовать больных людей не очень приятно).

Скажите, каким должен быть здоровый человек? Работаем все вместе. (Ответы детей). Сильный, стройный, ловкий, весёлый, красивый, редко болеет, долго живёт, счастливый.

-Как вы думаете, от кого зависит наше здоровье? (От нас самих)

2. Работа в группах.

-А сейчас я предлагаю вам поработать в группах.

Задание: каждой группе нужно выбрать лепесток, на котором написано, что должен делать человек для укрепления своего здоровья.

Проверить работу, участники группы оценивают друг друга, прикрепить цветы здоровья к эмблеме.

6.Обозначение правил (секретов) здорового образа жизни.

- **Делай утреннюю зарядку. Слайд №5**

Для чего мы делаем зарядку?

- Во время зарядки кровь быстро движется по сосудам, она согревает наше тело, добирается до клеток головного мозга. Наши мускулы становятся крепче, а значит, и мы чувствуем себя здоровыми и сильными.

Раз, два - мы считаем

И шагаем, и шагаем.

Три – четыре, три – четыре

Руки в стороны пошире.

А теперь все потянулись,

Повернулись, улыбнулись.

Вместе дружно все присели,

Потом встали, полетели.

Чтоб здоровым, сильным быть

Делайте зарядку.

И тогда с мускулатурой

Будет всё в порядке.

Поднимите красный кружок, кто забывает или не делает зарядку. Желтый, кто постоянно.

- **Правильно питайся.**

-Что значит правильное питание?

-Чем вредны? Слайд №6

-Назовите продукты.

-Что нужно сделать?

Распределите на экране полезные продукты и вредные.

Поднимите красный кружок те, кто часто употребляет вредные продукты . Желтый, кто редко.

• **Соблюдай личную гигиену. Слайд № 7**

- Кто знает, что такое личная гигиена? (Это содержание в чистоте кожи, волос, зубов, ногтей.) -Для чего нужно соблюдать личную гигиену? (Микробы очень любят всё грязное, поэтому грязное тело может нанести большой вред человеку).

Появляются микробы

Микробы: (поют под мотив «Говорят мы Буки-Бяки»)

Мы такие, мы такие - вредные и грязные

Мы микробы не простые, очень мы опасные.

Ой-ля – ля, ой-ля – ля! Вредные и грязные

Ой-ля – ля, ой-ля – ля! Очень мы опасные.

Мы – микробы, хорошо бы, чтоб ты нас рукой потрогал.

Ребёнок- А ну уходите микробы! Не боимся мы вас.

Микробы: Это что же? Все боятся нас, а вы нет?

Ребёнок– Конечно нет! Потому, что все наши дети ещё с садика знают золотое правило от Мойдодыра.

Микробы: Ничего вы не знаете! (кривляются) Золотое правило, золотое правило!

Никуда мы не уйдём! Ничего то вы не знаете!

Ребёнок –Это мы не знаем? Ребята, давайте вспомним замечательное правило Мойдодыра и повторим его вместе - «От простой воды и мыла у микробов тает сила».

Микробы: Ой, быстрее убегаем, тают наши силы.

Существуют предметы, которыми должен пользоваться только один человек и предметы, которыми могут пользоваться все. А что это за предметы мы сейчас с вами вспомним с помощью игры «Можно - нельзя».

Поднимите красный кружок те, кто соблюдает правила личной гигиены. Желтый, кто редко.

- Что делать, если все-таки заболели?

Бороться с микробами и болезнями нам помогают и звуки. Хотите узнать, как?

Если у вас болит горло, надо превратиться в комарика и спеть его песню (руку приложить к горлу ,делаем вдох-на выдохе произносим звук) zzzzzz)

Когда начинаем кашлять, становимся большими жуками (ладонь к грудной клетке жжжжжжж)

7. Закаливание. Слайд №8

-Зачем?

- Поднимите карточку, кто часто болеет?

Но очень часто люди совершают такие поступки, которые приводят их к болезни.

Я буду читать предложения. Если вы считаете, что это полезно для здоровья – вы хлопаете в ладоши, если вы считаете, что это вредно для здоровья – топните ногой.

Давайте попробуем.

- На ночь кушай много конфет и булочек.
- Мой руки перед едой.
- Перед сном проветривай комнату.
- Утром выйдя из дома, обязательно поругайся с кем –нибудь.
- Утром делай зарядку.
- Пей больше чистой воды.
- Ешь много овощей и фруктов.
- Каждый раз, увидев своё отражение в зеркале – улыбайся!

Цель: снять усталость, выявить уровень знаний учащихся о влиянии плохих и хороших привычек на состояние здоровья.

8. Работа с учебником.(с.61). Слайд №9

Чтение текста.

Цель: актуализировать мыслительные операции; мотивировать к действию и его самостоятельному выполнению; организовать анализ полученных ответов и зафиксировать индивидуальные затруднения.

Чтобы соблюдать режим дня, нужно уметь определять по часам время.

Работа в тетрадях.

Стр. 27

Возьмите карандаш , нарисуйте стрелки на часах.

Проверим.

Поднимите желтую карточку те, у кого все правильно.

8. Рефлексия (итог урока, оценивание урока учителем и детьми).

-Ребята, о чём мы говорили сегодня на уроке? Что такое здоровье ? Что нужно делать , чтобы быть здоровым?

Что для вас было самым трудным на уроке?

Что больше всего понравилось?

Наклейте кружочки на выбранное вами место.

Я хочу похвалить.....