**VΙΙ Всероссийский конкурс «Учитель здоровья России – 2016»**

**Окружающий мир**

**3 класс**

**В здоровой семье - здоровые дети!**

**(Здоровый образ жизни)**

**Подготовила**

**учитель начальных классов**

**МОУ «СОШ п. Петровский**

**Краснопартизанского района**

**Саратовской области»**

**Быханова Светлана**

**Викторовна**

**2016 г**.

**Предметная область:** окружающий мир (автор А. А. Плешаков)

**Класс:** 3 (1 четверть)

**УМК: «**Школа России»

**Тема урока:** «В здоровой семье - здоровые дети!» (Здоровый образ жизни)

**Тип урока:** урок комплексного применения знаний и умений

**Здоровьесберегающие технологии:** рациональная организация занятия в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями; рационально организованный двигательный режим; смена видов деятельности; положительная эмоциональная обстановка на уроке.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:** формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни; познакомить с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье; организовать деятельность учащихся и родителей для закрепления знаний о здоровом образе жизни;

развивать творческие способности, внимание, познавательный интерес;

воспитывать ответственное отношение учащихся и родителей к своему здоровью.

**Оборудование:** компьютер, мультимедийное оборудование, интерактивная доска, учебник, рабочая тетрадь, тесты, аудио запись музыки, грамоты, толковые словари, пословицы.

**Ход урока**

**Мотивация к учебной деятельности. Организационный момент** (3 мин.)

*Учитель:* Громко прозвенел звонок,

Начинается урок.

Наши ушки – на макушке,

Глазки широко открыты.

Слушаем, запоминаем,

Ни минуты не теряем.

Прочитайте на доске девиз урока: «Знаешь – говори, не знаешь – слушай и всегда думай!» Давайте все вместе повторим.

Сегодня на нашем уроке присутствуют родители, с которыми вы вместе будете работать. Прошу всех встать в круг. Во всех странах мира люди, встречаясь, приветствуют друг друга. Давайте и мы поприветствуем друг друга.

 •Арабы скрещивают руки на груди.  
 • Японцы при встрече кланяются.

 • Таджик, принимая гостя в своем доме, пожмет протянутую ему руку двумя своими в знак уважения.

А как приветствуют друг друга русские?

*Ученики:* Русские пожимают руку и произносят слово «Здравствуйте!» (Все приветствуют друг друга, а затем занимают свои места за партами.)

*Учитель:* Вспомните, что обозначает это слово? Найдите значение слова «здоровье» в толковом словаре. (Ответы детей.)

**Постановка учебной задачи. Введение в тему. (**3 мин.)

*Учитель:* Как вы думаете, о чём пойдёт речь сегодня на уроке? Чем мы будем заниматься на уроке? (Ответы детей и родителей.)

Задумывались ли вы когда – нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? (Ответы.)

*Учитель:* Правильно, потому, что здоровье для человека - самая главная ценность.

*Учитель:* Сегодня весь наш урок мы посвятим здоровому образу жизни.

Давайте построим дом под названием «Здоровье». Посовещайтесь и напишите на листочках – брёвнышках, чем является для вас здоровье. На доске соедините эти брёвна и крышу. (Родители и дети выполняют работу совместно.)

Прочитайте, что у вас получилось. (Приложение 1).

(На доске слова: здоровье, семья, друзья, жизнь, учёба и знаки: + и =.)

Кто может составить формулу из этих слов и знаков? (Коллективная работа у доски).

Жизнь = здоровье + семья + учёба + друзья

**Физминутка для глаз** (2 мин.)

Презентация «Ромашки» (Прилагается)

**Проверка домашнего задания (**3 мин.)

Скажите, как связаны между собой организм человека и его здоровье?

**Тест «Организм человека»** (ученик со своей мамой выполняют на доске , 2 человека выполняют на компьютере, 2 человека выполняют задание такого типа на интерактивной доске, остальные – на листочках.) (Приложение 2.)

**Проверка.** (Правильный ответ выводится учителем на экран.)

*Учитель:* Поднимите руки те, у кого нет ошибок (молодцы!), 1 – 2 ошибки (нужно повторить!), 3 и более (поработайте ещё с этой темой).

**Актуализация знаний** (5 мин.)

**Притча.** (Сценка. Участники: дети и родители).

*Учитель:* Какой вывод мы можем для себя сделать?

*Учитель:* На партах лежат конверты со словами. Составьте пословицы. (На доске и за партами, на компьютере и интерактивной доске соединить части пословиц.) Объясните их смысл.

Здоровый человек – богатый человек. В здоровом теле – здоровый дух. Здоровье дороже золота. На каждой парте лежит листочек только с одним словом. Вам надо объединиться и составить вместе пословицу.

**Проверка.** (В здоровой семье - здоровые дети!) *Слайд 1.*

**Открытие новых знаний** (24 мин.)

Что нужно делать, чтобы это было на самом деле? (Сохранять и укреплять здоровье.)

**Работа с учебником.**

Учебник с. 150 –153 прочитать, ответить на вопросы (читает подготовленный ученик). Нам необходимо составить правила здорового образа жизни. Работа в тетради с. 66 №1 (самостоятельно). **Проверка** (читают по одному правилу)

Семья Китаевых провела дома небольшое исследование. Сейчас они расскажут нам о нём. (Одну неделю всей семьёй выполняли режим дня, составленный совместно; вторую неделю каждый занимался своим делом. Выяснили, что необходимо составить для своей семьи режим дня и стараться выполнять его каждый день. Это объединяет членов семьи, способствует формированию здорового образа жизни.)

**Физминутка.**

Я показываю картинки. Если это помогает человеку вести здоровый образ жизни, то хлопаем в ладоши. Если это вредит здоровью, то топаем ногами.

Сейчас мы узнаем, с чего же начинается здоровый образ жизни. Учебник с. 150 – 151 (читает ученик). А медсестра расскажет нам о том, как правильно чистить зубы. *Слайд 2.* ЭОРы по теме «Берегите зубы».

Учебник с.151 Правильно питайся (читает ученик). Ответить на вопросы.

А наши мамы споют песню о нашей пище. (Приложение 4)

Тетрадь «Разговор о правильном питании» с.18 – 19. Прочитать и выполнить задание.

Сочетай труд и отдых с. 151. Семья Исаевых работала над проектом «Наш выходной». Послушаем их рассказ и посмотрим презентацию. Давайте составим диаграмму «Отдых» (рисуем на листке, потом выносим на экран.) Смотрим совпадения. Объясните, почему диаграмма должна выглядеть так? *Слайд 3.*

С. 151 Прочитать тему № 4. Попробуйте сами догадаться, о чём пойдёт речь в этом рассказе?

На площадку по порядку

Становись скорее в ряд!

На зарядку, на зарядку

Приглашаем всех ребят!

Алина с мамой подготовили комплекс упражнений для утренней зарядки. Для чего она нужна? (Выполняют все вместе)

Последняя страничка нашей темы «Не заводи вредных привычек!» В школе проходил конкурс «Нет вредным привычкам!» Ребята и родители нашего класса приняли активное участие. Награждается семья Галановых, занявшая 2 место в конкурсе.

**Домашнее задание, инструктаж по его выполнению** (30 сек.)

Мальчикам нужно на каждую букву слова «здоровье» придумать и записать слова, которые имеют отношение к здоровому образу жизни. Девочкам нарисовать рисунки, посвящённые нашему уроку.

Учебник с. 150 – 153 прочитать, ответить на вопросы.

**Закрепление изученного материала** (2,5 мин.)

Так что нужно делать, чтобы быть здоровым?

**Тест «Если хочешь быть здоров».** Проверка (родители и дети меняются листочками). Учитель диктует ответы, они проверяют и выставляют оценки. Нет ошибок – 5, 1 – 2 ошибки – 4, 3 ошибки – 3. (Приложение 5)

**Рефлексия** (2 мин.)

Стихотворение «Мы желаем вам, ребята!» (читают родители)

Мы желаем вам, ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

Невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться:

Каждый раз перед едой

Прежде чем за стол садиться,

Руки мойте вы водой.

И зарядкой занимайтесь.

Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь –

Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда.

На прогулку в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья.

*Слайд 4.*

На экране:

Мы хотим быть здоровыми!

Мы можем быть здоровыми!

Мы будем здоровыми!

У вас на парте лежат фигурки, прикрепите на доске рядом с тем высказыванием, которое подходит к вам больше всего.

*Слайд 5.*

Давайте ещё раз повторим тему нашего урока “В здоровой семье - здоровые дети!» Я думаю, что на уроке мы с вами это доказали.

А теперь прошу, ребятки,

Быстро встаньте по порядку.

И нетрудно всем понять,

Что урок пора кончать.

Все старались, не ленились

И многому научились.

**Литература:**

Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер М.: «ВАКО»,2007

Менчинская Е. А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе, М.: «Вентана – Граф», 2008

Методологические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения/ Под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина.-М.,2002.

Окружающий мир (контрольно – измерительные материалы), М.: «ВАКО»,2013

Безруких М. Разговор о правильном питании. Рабочая тетрадь для школьников, М.:ОЛМА, 2009

Интернет ресурсы:

ЭОРы по теме «Береги зубы» <http://school-collection.edu.ru>

Физминутка для глаз http://www.nachalka.com/

Приложение 1

здоровье

сила

гибкость и стройность

красота

ничего не болит

когда ты радуешься

когда хорошо

Приложение 2

**Тест «Организм человека»**

Главный командный пункт организма. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Беленькие ниточки тянутся к мозгу от всех точек тела.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Опора тела.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Это плотный мускулистый мешок размером с кулак.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Бежит она очень быстро, разнося по всему телу кислород и питательные вещества.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Помогает организму освободиться от лишней влаги и вредных веществ.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Они похожи на большую розовую губку.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Это главный командный пункт твоей «внутренней кухни».\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Это – наш единственный орган вкуса.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение 3

**Притча**

В одном доме жил мужчина. Вместе с ним жили его жена, его престарелая мать и его дочь – уже взрослая девушка. Однажды поздно вечером, когда все домочадцы уже легли спать, в дверь кто – то постучал. Хозяин встал и отворил дверь. На пороге стояли трое. «Как вас зовут?» - спросил мужчина. Ему ответили: «Нас зовут Здоровье, Богатство и Любовь, пустите нас к себе в дом». Мужчина задумался. «Вы знаете, - сказал он – у нас в доме только одно свободное место, а вас трое, пойду, посоветуюсь с родными, кого из вас мы сможем принять в нашем доме».

Как вы думаете, кого они впустили в свой дом? Почему вы так думаете?

Дочь предложила впустить Любовь, жена – Богатство. А больная мать попросила впустить Здоровье. И это неудивительно, поскольку для каждого поколения существуют свои ценности, и человек начинает ценить своё здоровье только при явной угрозе.

Приложение 4

**Песня «О нашей пище»**

(на мотив песни «Погода в доме» Л. Долиной)

Какую пищу есть полезно детям?

Вопрос заботит каждую из мам.

Строительную функцию отводят

Таким необходимым нам белкам.

П/в: Важней всего, в меню чтоб было

И сыр, и рыба, и орех.

А также мясо, творог, яйца,

Тогда здоровьем поразим мы всех.

2. А как же обойтись без углеводов?

Примите их, детишки, по утрам.

Они с жирами вместе в непогоду

Тепло поддержат в организме нам.

П/в:

Приложение 5

**Тест «Если хочешь быть здоров»**

А1. Что надо делать, чтобы сохранить здоровье?

□ 1) много есть □ 2) много спать □ 3) заниматься физкультурой □ 4) много читать

А2. Почему нужно ложиться спать вовремя?

□ 1) чтобы не мешать взрослым □ 2) чтобы не мешать соседям

□ 3) потому что закончились детские передачи □ 4) чтобы утром быть бодрым

А3. Что может быть одно на всю семью?

□ 1) носовой платок □ 2) мыло □ 3) зубная щётка □ 4) расчёска

А4. Как должен падать свет при письме?

□ 1) слева □ 2) справа □ 3) сверху □ 4) со всех сторон

А5. Почему надо мыть руки часто?

□ 1) чтобы сохранить кожу □ 2) чтобы руки были красивыми

□ 3) чтобы не заболеть □ 4) чтобы не расстраивать родителей

А6. Как часто надо чистить зубы?

□ 1) через час □ 2) один раз в день □ 3) два раза в день □ 4) после еды