Бобровская Алла Аркадьевна, учитель начальных классов МОБУ СОШ «Сертоловский ЦО№2» г. Сертолово

1. **Открытый урок по окружающему миру "ЗОЖ. Если хочешь быть здоров. Распорядок дня"**
2. **2-Д класс**
3. **Тема урока:** «ЗОЖ. Если хочешь быть здоров. Распорядок дня».
4. **Цель урока:** формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.
5. **Задачи:**

Образовательные:

- повторить условия сохранения здоровья человека;
- формировать у обучающихся понятие здорового образа жизни;
- «открыть» необходимость соблюдения распорядка дня как одного из факторов сохранения здоровья человека;

Развивающие:

- развивать практические навыки по использованию полученных сведений на уроке в реальных жизненных условиях;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать положительную самооценку;
- развивать умение анализировать, классифицировать, формулировать вывод.

Воспитательные:

- формировать умение учиться;
- формировать нравственные качества: бережное отношение к своему здоровью;
- воспитывать культуру общения;
- прививать положительное отношение к одноклассникам;
- воспитывать уважительное отношение к людям.

6. **Планируемые результаты:**

Предметные:

- вместе с учащимися определить условия сохранения и укрепления здоровья; воспитывать стремление соблюдать эти правила; ознакомить со значением словосочетания « личная гигиена», «правильное питание», «режим дня»; научить применять эти знания в жизни, закреплять навыки гигиены; учить правильно распределять время работы и отдыха (режим дня);. уметь выполнять самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности; оценивать жизненные ситуации поступки людей с точки зрения общепринятых норм и ценностей. правильно строить режим дня; понимать роль правильного питания в жизнедеятельности организма; знать и соблюдать правила гигиены.

Личностные: уметь выполнять самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности; уметь делать выбор, выражать своё мнение.

Метапредметные:

Регулятивные: организация своего рабочего места, умение определять и формулировать цель с помощью учителя; работать по предложенному учителем плану.

Коммуникативные: осуществление взаимного контроля, умение правильно оформлять свою мысль в устной форме; слушать и понимать речь других.

Познавательные: умение перерабатывать полученную информацию: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт.

7. **Тип урока: изучение новых знаний.**
8. **Оборудование:** Учебник «Окружающий мир» Плешаков А.А. 2-я часть, рабочая тетрадь 2-я часть, 2 класс, мультимедиа, презентация, мультфильм «Смешарики», интерактивная доска.
9. **Продолжительность урока:** 40 минут.
10. **Структура и ход урока.**

Ход урока.

Этапы урока. Методы и приёмы	**Хроном етраж**	**Содержание урока. Деятельность учителя**	**Деятельность ученика**	**Планируемые результаты (УУД)**
Организационный этап *Словесный: слово учителя*	1 мин	Приветствие, положительный эмоциональный настрой на работу. Слайд. - Ребята, здравствуйте! Я рада видеть вас, ваши умные глазки, улыбнитесь друг другу. Думаю, что наш сегодняшний урок окружающего мира пройдет как всегда интересно и откроет вам что-то новое. - Садитесь на свои места.	Приветствие учителя	Регулятивные УУД: организация своей деятельности на уроке. Личностные УУД: создать комфортную, эмоциональную обстановку на уроке, концентрация внимания.
Актуализация опорных знаний *Словесный: слово учителя; учебный диалог. Наглядный: схема (внутреннее строение человека) Практический: рассказ по схеме; ответы на вопросы*	5 мин	-Ребята, давайте вспомним, о чём мы с вами говорили на прошлом уроке? Какая была тема нашего урока? (Строение тела человека). Скажите, о каких строениях тела человека вы узнали? (Внешнее строение и внутреннее) -Что можно отнести к внешнему строению (голова, шея, грудь, руки, живот, ноги) -А что можно отнести к внутреннему строению (головной мозг, лёгкие, сердце, печень, желудок, кишечник) -А чтобы проверить, как вы усвоили материал прошлого урока, я буду задавать вопросы, а вы будете отвечать. 1.Орган, который отвечает за чувства, мысли и движения человека? (головной мозг) 2. С помощью какого органа человек дышит? (легкие) 3. Вспомни, что называют мотором организма? (сердце) 4. Какие органы участвуют в приеме и переваривании пищи? (желудок, кишечник) 5. Вспомните, что НЕ относится к внешнему строению человека?	Проговаривают тему прошлого урока. Воспроизводят графическую модель. Отвечают на вопросы учителя.	Познавательные УУД: установление причинно-следственных связей Коммуникативные УУД: умеют слушать, слышать и понимать речь выступающего Регулятивные УУД: контроль собственных действий

		1) руки 2) шея 3) голова 4) печень Молодцы ребята. Мы с вами двигаемся дальше.		
Мотивационный этап *Словесный: учебный диалог.*	2 мин	Что мы говорим друг другу при встрече? (Здравствуйте) - «Здравствуйте», какое это хорошее и волшебное слово. -А что означает это слово «здравствуйте»? (пожелание здоровья) -Значит, когда мы говорим «здравствуйте», мы желаем друг другу здоровья.	Беседа – рассуждение. Отвечают на вопросы	Познавательные УУД: выявлять существенное: устанавливать причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы.
Постановке темы и целей урока *Словесный: слово учителя; учебный диалог.* *Наглядный: презентация*	2 мин	- А я приготовила вам еще кое-что, что пришло к нам из старины. Это пословицы. Нам нужно правильно соединить начало и конец пословицы, чтобы она стала верной. 1) Двигайся больше, проживешь дольше. 2) Недосыпаешь – здоровье теряешь. 3) Чистота - залог здоровья. 4) В здоровом теле – здоровый дух. 5) Солнце, воздухи вода – наши лучшие друзья! *На интерактивной доске отображаю пословицы. Составляем. Затем показываю слайд с правильными пословицами.* Слайд - О чем мы сегодня будем говорить, кто догадался? *Как человеку сохранить и укрепить свое здоровье. Об условиях сохранения здоровья.* - Как назовем наш урок? ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ. Слайд	Формулируют тему и цели урока	Познавательные УУД: ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя. Регулятивные УУД: -определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя. Развивают устную речь, логическое мышление; учатся высказывать свою точку зрения. Учатся наблюдать, слушать, делать выводы, прогнозировать, высказывать своё мнение, осознавать свою учебную задачу.
Изучение нового материала *Словесный: слово учителя; учебный диалог.* *Наглядный: презентация; видеоматериал;*	9 мин	Один учёный сказал: «Здоровье – это вершина, на которую каждый должен подняться сам». Слайд. А сделать это нам помогут ступеньки здоровья. *Вывешиваю плакат* ***<u>МОЁ ЗДОРОВЬЕ</u>*** -Давайте послушаем стихотворение, которое прочитает нам Павел. Слайд. *Кто жить умеет по часам* *И ценит каждый час,*	Воспринимают речь учителя на слух	Регулятивные УУД: уметь преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять ответы на вопросы. Познавательные УУД:

учебник *Практический: работа с текстом учебника*		*Того не надо по утрам* *Будить по десять раз.* *И он не станет говорить,* *Что лень ему вставать,* *Зарядку делать, руки мыть* *И застилать кровать.* *Успеет он одеться в срок,* *Умыться и поесть,* *И раньше, чем звенит звонок,* *За парту в школе сесть.* - О чем это стихотворение? Об умении ценить время. - Все дела, которые должны протекать в определённом порядке, кто знает, как это называется? Распорядок действий, которые мы совершаем в течение дня. - Правильно, это режим дня. Вот у нас появляется первая ступенька, ведущая к сохранению здоровья. ***На доске прикрепляю табличку режим дня.*** -А что такое режим дня? Ответить на этот вопрос нам поможет учебник. Откройте свои учебники на стр. 8 и найдите определение, что такое Режим дня. Режим дня - это распорядок всех дел и действий, которые тебе нужно совершить в течение дня. Слайд. -Организм человека обладает способностью привыкать к соблюдению внутреннего расписания и не любит, когда его нарушают. - На стр. 8 учебников нам дали режим дня Серёжи, посмотрите внимательно и обсудите в парах, что пропущено в режиме дня Серёжи? (Обед после уроков в школе, прогулка, приготовление домашнего задания, ужин) - А теперь посмотрим на режим дня, который считается правильным. Слайд - При составлении режима дня необходимо, чтобы учёба или работа сменялись отдыхом, чтобы не менее 2 часов вы проводили на свежем воздухе, кушали не менее 3 раз в день и спали не меньше 8-9 часов в день. Режим дня – это один из наших помощников в сохранении здоровья.	Диалог – беседа. Беседа о режиме дня Работа с учебником с. 8	уметь выделять существенную информацию из рассказа учителя; осуществлять актуализацию жизненного опыта; Познавательные УУД: уметь оформлять свои мысли в устной форме; Коммуникативные УУД: уметь оформлять свои мысли в устной форме, умение делать выбор. Личностные УУД: выражать свое мнение.

		- А кто соблюдает режим дня, поднимите руки. Молодцы. Продолжаем дальше идти к нашей вершине – к здоровью. - Послушаем стихотворения Сергея Михалкова про девочку, которая плохо кушала, которое расскажут нам девочки. Слайд. Юля плохо кушает, Никого не слушает. - Съешь яичко, Юлечка! - Не хочу, мамулечка! - Съешь с колбаской бутерброд! Закрывает Юля рот. - Супчик? - Нет. - Котлетку? - Нет. Стынет Юлечкин обед. - Что с тобою, Юлечка? - Ничего, мамулечка! Просто настроенья нет. - Почему Юля не хотела есть? (Не было аппетита) - Что бы вы посоветовали Юле? (Правильно питаться) **<u>Новая ступенька «Правильное питание»</u>** (прикрепляю табличку на доске) Для сохранения здоровья нужно ещё правильное питание. - Что это значит? Это разнообразное питание. Для жизни человеку необходимы питательные вещества, которые находятся в разных продуктах питания. - Зачем человек есть? Без еды человек не может долго прожить – около месяца, еда человеку необходима в течение всей жизни. **Слайд** про правильное питание. -Давайте сделаем вывод, какой должна быть пища? (Полезная, разнообразная, экологически чистая, вкусная) -Ребята. Не всегда вкусное может быть полезным. Давайте поиграем в игру «Полезные и вредные продукты» и выясним, какие продукты нужны для правильного питания. Если вы считаете продукт полезным – хлопаем, вредным - топаем. Рыба, кефир, чипсы, пепси, геркулес, торт, лук,	Беседа о правильном питание, вредные и полезные продукты; работа по презентации;	

		капуста, подсолнечное масло, конфеты, яблоки. - Скажите, почему нам хочется есть вкусную и в тоже время не очень полезную еду? - В составе этих продуктов содержатся ароматизаторы и усилители вкуса. - Как человек получает продукты? Человек получает пищу благодаря растениям и животным. - Поэтому продукты бывают животного и растительного происхождения. Продукты животного происхождения мы получаем от животных, а растительного происхождения от растений. - В учебнике на стр. 9 даны продукты растительного и животного происхождения. Вам надо распределить продукты на группы и заполнить самостоятельно таблицу. -А сейчас давайте проверим себя, показываю слайд с правильными ответами.	Отвечают на опросы Работа с учебником Беседа о продуктах растительного и животного происхождение Распределение продуктов по критериям (растительного – животного происхождения)	
Физкультминутка	2 мин	А теперь немного отдохнём. Для этого сделаем физкультминутку. **“Вышла мышка”** Вышла мышка как-то раз (ходьба на месте или продвигаясь вперед в колонне). Поглядеть, который час (повороты влево, вправо, пальцы “трубочкой” перед глазами). Раз, два, три, четыре (хлопки над головой в ладони). Мышки дернули за гири (руки вверх и приседание с опусканием рук – “дернули за гири”). Вдруг раздался страшный звон (хлопки перед собой). Убежали мышки вон (бег на месте или к своему месту). Игровое упражнение повторить 2–3 раза. -Как вы думаете, полезна физкультминутка для здоровья? -Когда мы долго сидим или стоим у нас работают одни и те же группы мышц. От однообразной работы мышцы переутомляются и слабеют. Чтобы это предотвратить, нужно чередовать работу разных мышц.	Выполнение упражнений	Личностные УУД: развивать творческие способности. Познавательные УУД: умение перерабатывать полученную информацию.

		3).**<u>Вот ещё одна важная ступенька здоровья «Физкультура и спорт»</u>** - Прочитаем, по каким правилам движения нужно жить, чтобы быть здоровым. Слайд. Утренняя зарядка обязательна. Ее проводят 10 минут. Ходите в школу пешком. Физкультминутка на уроке дает отдохнуть голове, пальцам, спине. На перемене необходимы подвижные игры и физкультурные упражнения. На уроках физкультуры будьте активны. Участвуйте в соревнованиях, занимайтесь в секциях.		
Первичное закрепление	6 мин	- А теперь посмотрим Отрывок из мультфильма. «Смешарики» -Почему у Кроша заболел живот? (Он ел грязными руками грязные овощи) - Что может попасть в организм человека вместе с грязью? (микробы) Посмотрим, как выглядят микробы в увеличенном виде. (Слайд 9) -Заболеть могут дети, которые не соблюдают правила личной гигиены. **<u>Значит следующая ступенька к здоровью «Личная гигиена»</u>** <u>(прикрепляем табличку на доску)</u> - Что такое личная гигиена? Личная гигиена – это те действия, которые мы выполняем, чтобы наше тело было чистым. Мы моем руки перед едой, чистим зубы, моемся в бане, расчёсываем волосы и ухаживаем за ними; содержим в порядке свою одежду и обувь; наводим порядок в своём доме или квартире. -Давайте посмотрим следующий слайд. Сейчас мы будем читать правила личной гигиены по цепочке. Но они не закончены, мы сами попробуем продолжить эти правила. Дети читают правила по цепочке и заканчивают. Слайд - Чтобы соблюдать правила личной гигиены нам необходимы следующие предметы.	Просмотр мультфильма. Обсуждение. Ответ – вопрос, учитель - ученик.	Коммуникативные УУД; учатся выступать перед публикой. Познавательные УУД; умение перерабатывать полученную информацию. Личностные УДД: осуществление взаимного контроля, умение правильно оформлять свою мысль в устной и письменной форме; слушать и понимать речь других. Регулятивные УУД: работать по предложенному учителем плану.

		-Я буду читать загадки, а вы будете отгадывать. Слайд Гладко, душисто, моет чисто. Нужно, чтобы у каждого было. Что это, ребята? … (Мыло) Очень много тут зубков Для кудрей и хохолков, И под каждым под зубком Лягут волосы рядком. (Расчёска) Есть у каждого в квартире, И побольше, и пошире. После ванны, после душа, Вас обнимет и просушит. (Полотенце.). Пластмассовая спинка, На брюшке щетинка, По зубкам попрыгала, Всю грязь повыгнала! (Зубная щётка) На себя я труд беру Пятки, локти с мылом тру. И коленки оттираю, Ничего не забываю. (Мочалка) Мыльный и душистый Пузырьки вокруг Для волос он первый и надёжный друг. (Шампунь) - Подумайте, какие из этих предметов у каждого человека должны быть личные, а какими могут пользоваться все члены семьи? - Сейчас нам Егор и Ника, попробуют разложить эти предметы на две группы. - Молодцы. Давайте проверим. Слайд	Отгадывание загадок на тему «предметы личной гигиены» Классификация предметов по существенным признакам.	
Вторичное закрепление	5 мин	- А теперь подумайте, о чём идёт речь? Когда мы едим – они работают, Когда не едим – они отдыхают, Не будем их чистить – Они заболеют. (Зубы) - А все ли правила ухода за зубами вы знаете? Давайте проверим себя по учебнику. - Прочитайте самостоятельно текст «Как ухаживать за	Работа по учебнику с.11 Практическая работа «Как правильно чистить зубы».	Познавательные УУД: поиск информации в предложенных источниках, самоопределение к деятельности Коммуникативные УУД: формулировать

		зубами. Какие советы вы знали, а какие для вас новые. Проверим себя. Выполним задание в тетради стр.8 Самопроверка. Если правильный ответ – хлопают в ладоши. -А еще, ребята, чтобы сохранить свое здоровье и здоровье окружающих, нам всем необходима доброта.	Работа в тетради.	собственное мнение и позицию
Подведение итогов урока.	5 мин	Давайте посмотрим на нашу лесенку - схему. Какие правила надо соблюдать, если хочешь быть здоров? И напоследок я хочу вам дать некоторые Советы Мойдодыра: -Ежедневно вставай в одно и то же время, проветривай комнату, делай зарядку. -Утром умывайся, чисть зубы, мой уши и шею. -Всегда мой руки перед едой, после работы и после посещения туалета. -Коротко стриги ногти на руках и ногах -Научись пользоваться носовым платком. -При чихании и кашле отворачивайся, прикрывая рот носовым платком. -Содержи в порядке волосы, они должны быть аккуратно подстрижены и причесаны или заплетены в косы. -Каждый день чисть свою обувь. И это только часть советов. -Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам. Давайте попробуем словестно нарисовать образ здорового человека, какой он? Слайд. - Но характеристика здорового человека будет неполной, если мы будем говорить только о физическом здоровье. Есть ещё и здоровье духовное. Надо учиться любви к себе, к людям, к жизни. И тогда вы будете действительно здоровы. Запомните волшебные слова: Грубых слов не говорите, Только добрые дарите. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова.	Вместе с учителем перечисляют выполненную на уроке работу. Делают анализ выполненной работы.	Коммуникативные УУД; учатся обобщать, устанавливать аналогии, строить логические рассуждения. Познавательные УУД: умение перерабатывать полученную информацию, находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт.
Рефлексия.	2 мин	- Вот и подошел к концу наш урок. Давайте оценим сою	Показывают «смайлики»	Предметные УУД: уметь

Индивидуальная		работу. Кто доволен своей работой - поднимите зелёный смайлик. Кто чувствовал себя неуверенно-желтый. Кто не мог справиться с заданиями - красным смайлик. Молодцы! Слайд. Окончен урок и выполнен план. Спасибо, ребята, огромное вам. За то, что упорно и дружно трудились, Что знания ваши так пригодились. - Спасибо за урок! Оценки за урок.	Осуществляют самооценку собственной учебной деятельности, соотносят цель и результаты, степень их соответствия.	выполнять самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности. Личностные УУД: уметь выполнять самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности; уметь делать выбор, выражать своё мнение.
Домашнее задание. *Индивидуальная*	1 мин	Рабочая тетрадь, с.5, №2. *Составить свой распорядок дня.*	Слушают учителя и записывают домашнее задание в дневники.	