Конспект пробного урока

по внеклассному мероприятию

в 4 «Г» классе студентки

145 группы

ГПОАУ АО АПК

Марковой Анастасии Сергеевны.

Урок будет дан 17 сентября 2015 года.

На 5 уроке I смены

Учитель класса: Панюкова Инна Анатольевна

Методист: Яковлева Тамара Михайловна

С конспектом ознакомлен: «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

К уроку допущен: «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тема: Вредные привычки.

Цель: Воспитание таких нравственных качеств, как аккуратность, чистоплотность, бережное отношение к своему уроку.

Задачи:

1. Способствовать развитию у учащихся потребности в здоровом образе жизни, формировать представления о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;
2. Формировать представления о привычках, их значении в жизни человека;
3. Познакомить с правилами, помогающими сохранить здоровье;
4. Развивать мышление, память, творческое воображение.

Оборудование: мультимедийная презентация.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этап урока | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся |
| 1. Орг. Момент
2. Основная часть
3. Итоги урока
 |  Каждый человек при рождении получает замечательный подарок- здоровье. Оно как волшебная палочка, помогает выполнять самые заветные желания.-А какого человека можно назвать здоровым? Каждый человек способен привыкать к каким-либо действиям, ощущениям. Кто-то привык рано ложиться спать, кто-то поздно.-Что появляется у человека?-Как можно назвать привычки, которые помогают беречь здоровье, сохранить его?-А привычки, наносящие вред здоровью?Прослушайте стихотворение.Тротуар ему не нужен,Расстегнувши воротник, По канавам и по лужамОн шагает напрямик.Он портфель нести не хочет,По земле его волочит.Сполз ремень на правый бок,Из штанины вырван клок.Мне, признаться, не понятно-Что он делал? Где он был?Как на лбу возникли пятнаФиолетовых чернил? Почему на брюках глина?Почему фуражка блином, И расстегнут воротник?Кто он, этот ученик?-Какие правила необходимо соблюдать в жизни, чтобы люди о вас так не подумали? Чтобы выработать полезные привычки необходимо прикладывать усилия, старания. Трудно воспитать полезную привычку, но избавиться от вредной ещё сложней, это требует от человека проявление твердости и силы воли. Хуже всего то, вредные привычки (например, курение) причиняют вред не только его здоровью, но и окружающих его людей.-Сейчас нам надо будет разделить привычки на 2 группы: вредные и полезные. Помогать старшим; делать зарядку; разговаривать во время еды; убирать постель; складывать на место учебники, одежду; постоянно жевать жвачку; смотреть телевизор во время еды; забывать свои обещания; не доводить дело до конца; чистить зубы; самостоятельно готовить домашнее задание. Сейчас я прочту вам стихотворение, а вы скажите о ком оно.Я люблю покушать сытно, Много, вкусно, аппетитно.Ем я всё и без разбора, Потому что я..-Что любит делать персонаж этого стихотворения?-Чем грозит переедание? Чтобы правильно, нужно выполнять 2 условия: умеренность и разнообразие.-Что значит умеренность питания?-а разнообразие?Давайте сейчас поиграем в игру Мойдодыр.Вам, мальчишки и девчушки,Приготовил вам частушки.Если мой совет хорошийВы похлопайте в ладоши!На неправильный совет Отвечайте нет, нет, нет!1. Не грызите лист капустный

 Он совсем, совсем не вкусный, Лучше ешьте шоколад, Вафли, сахар, мармелад. Это правильный совет?1. Навсегда запомните,

Милые друзья,Не почистив зубы,Спать идти нельзя!Если мой совет хороший,Вы похлопайте в ладоши.1. Зубы вы почистите

И идите спатьЗахватите булочкуСладкую в кровать.Это правильный совет? Сейчас нам надо разделить продукты на вредные и полезные.-По чему тот или иной продукт полезный/вредный? Хотелось также поговорить о ещё одной очень вредной привычке такой как курение.-Почему люди начинают курить?-Чем опасно курение? Курение приводить к выраженным изменениям внутренних органов; чаще всего поражаются органы дыхания, сердечно-сосудистая система, желудочно-кишечный тракт. Физкультминутка. Сейчас давайте прослушаем советы Григория Остера и ответим вредные они или полезные?Нет приятнее занятияЧем в носу поковырять.Всем ужасно интересноЧто там спрятано внутри.А кому смотреть противно,Тот пускай и не глядит. Мы же в нос ему не лезем,Пусть и он не пристает.Некогда не мойте руки,Шею, уши и лицоЭто глупое занятиеНе приводит не к чему.Вновь испачкаются руки,Шея, уши и лицо,Так зачем же тратить силы,Время попусту терять.Стричься тоже бесполезно,Никакого смысла нет,К старости сама собоюОблысеет голова.-Согласны ли вы с советами Григория Остера? И в заключение давайте отгадаем загадки о полезных привычках.-Лето целое старалась…Одевалась, одевалась…А как осень подошла,Нам одёжки отдала.Сотню одежонокСложили мы в бочонок. -Бусы красные висят,Из кустов на нас глядят.Очень любят бусы этиДети, птицы и медведи.-Мойдодыру я родня.Отверни-ка ты меня.И холодною водоюЖиво я тебя умою.-Ускользает как живое Очень юркое такое.Белой пеной пенится,Руки мыть не ленится.-Коль крепко дружишь ты со мной,Настойчив в тренировках,То будешь в холод, дождь и знойВыносливым и ловким.-Как только утром я проснусь,Присяду, встану и нагнусь-Все упражненья по порядкуПоможет вырасти…. Сейчас я предлагаю вам выбрать слова для характеристики здорового человека.-Какая тема классного часа у нас сегодня была?-Какие есть вредные привычки, какие полезные?-А вы соблюдаете правила, позволяющие сохранить здоровье? | ПривычкаПолезные привычки Вредные привычкиНеряха Полезные: делать зарядку; убирать постель; складывать на место учебники, одежду; чистить зубы; самостоятельно готовить домашнее задание.ОбжораКушатьОжирением, болезнямиНе переедатьНет, нет, нет!Нет, нет, нет!КапустаМалинаКранМылоСпорт Зарядка |