**Задача: показать важность использования здоровьесберегающих** технологий во внеурочной деятельности.

Цели :

1.Сформировать представление о ценностях в жизни каждого человека.

2. Раскрыть приоритет ценности здоровья и сформировать представление об ответственности каждого человека за своё здоровье.

3.Построить основные правила , позволяющие сохранить здоровье при выполнении учебной деятельности.Осознанного отношения школьников к своему здоровью, развивать у учащихся активную позицию по отношению к сохранению своего здоровья.

Ход урока.

1. Мотивация к учебной деятельности.

-Здравствуйте ребята, повернитесь и улыбнитесь - поздоровайтесь с нашими гостями. Дети проговаривают хором: Посмотрите – ка на нас, вот какой хороший класс.

Приготовились учиться, ни минутки не лениться .

Не стучать, не отвлекаться, а стараться, и стараться!

*Рефлексия*

-Ребята, положите руки, расслабьтесь и мысленно перенесёмся в волшебный парк. Полюбуемся красотой природы. Вдохните чистый свежий воздух, выдохните всю обиду, злость, беспокойство, забудьте о них.

В этом парке любит гулять доктор Айболит. Однажды гуляя, он остановился около дерева и задумался: «Что важно для дерева? Что должен ценить и беречь человек в жизни?» СЛАЙД 1

Сегодня мы будем открывать новое и Айболит пришел к нам помочь в этом разобраться. Расскажите ему, как вы открываете новое? (сначала выясняем, чего не знаем, а потом сами ищем способ)

-Скажите, что ценит человек в дереве? (плоды, красоту, из дерева делают мебель, бумагу…)

-Что должен человек делать, чтобы любоваться красотой дерева, его плодами?(Должны за ним ухаживать ,беречь. Беседа о бережном отношении )

-А что самое главное для дерева, без чего оно погибнет?(Дерево погибнет, если повредить корни)

-Значит, для жизни дерева самым главным являются корни. А что самое ценное в жизни для вас? (здоровье, жизнь, знание, любовь близких, семья)

-А как вы думаете, наш класс можно назвать семьей? Ответы детей.

-Семья очень важна для каждого человека.

Проекты о семье мы с вами выполняли. И один из проектов представит Храмова Снежана. А так же проект «Мой класс, моя школа»

Всё, о чем вы говорили, важно и ценно для любого человека.

- Как бы вы назвали тему нашего урока? (Ценности нашей жизни)

-О ценностях нашей жизни мы и будем говорить на уроке .

Открывается тема урока на доске «Ценности нашей жизни» СЛАЙД 2

2.Актуализация знаний и фиксация индивидуального затруднения в пробном действии.

Давайте прочтём вместе с доски девиз нашего урока: «Я умею думать, умею рассуждать, что полезно для здоровья, то и буду выбирать»

-Ценности жизни, которые вы для себя откроете, мы будем размещать на дереве. Кто догадался о каких ценностях хочет поговорить с вами доктор Айболит? (Хочет поговорить о здоровье.)

-Совершенно верно. Жизнь и здоровье – это начало всему, поэтому мы и будем изучать их. Где на дереве поместите слово «жизнь»? (там, где корни, потому, то если повредить корни, то дерево погибнет)

Учитель прикрепляет около корней дерева слово «жизнь» и вывешивает на ствол дерева карточку со словом «здоровье» СЛАЙД 3

-Кто может объяснить, почему я на ствол прикрепила слово «здоровье»? (как дереву нужен крепкий сильный ствол, так человеку нужно крепкое здоровье.)

-Да, вы правы. От корня все питательные вещества идут по стволу к веткам, листьям, цветам, плодам. Смотрите, какое оно красивое. Так и про человека, у которого крепкое здоровье, говорят: у него «цветущий» вид. -Как вы понимаете «цветущий»? (красивый, здоровый) -Вот о какой ценности размышлял доктор Айболит, гуляя по парку.

3. Построение проекта . Ставим цель. Учитель:

- Здравствуйте! Ты скажешь человеку.

- Здравствуй,- улыбнётся он в ответ.

И, конечно, не пойдёт в аптеку,

И здоровым будет много лет.

Учитель указывает на ствол дерева и слово «здоровье», задаёт следующий вопрос: СЛАЙД 4 - Что такое здоровье? (ответы детей)

- Как можно потерять здоровье? (ответы детей)

- Можно ли найти здоровье? (ответы детей) - Что делать, чтобы его не потерять? (ответы детей)

Физминутка от доктора Айболита :

«Все дышите! Не дышите! Всё в порядке – отдохните! Вверх руки поднимите, Превосходно! Опустите! Наклонитесь! Разогнитесь! Встаньте прямо, улыбнитесь! Каждый весел и здоров и к занятиям готов!

- Айболит принёс вам в подарок рецепты. На них написано, как сохранить здоровье на уроке. СЛАЙД 5 (открываются на доске рецепты)

-Но по пути рецепты случайно рассыпались и перемешались с другими.

На доске появляются «рецепты» СЛАЙД 6

-Внимательно послушайте задание. Выберете те рецепты, которые помогут вам сохранить здоровье во время учебы.

Ученики по очереди зачитывают запись правила под картинкой. Учащиеся, работающие у доски перевешивают под надпись «правила здоровья», объясняя смысл каждого правила. Те, с которыми никто не согласился, убираются с доски.

-Доктор Айболит даёт подсказку вам о том, что бывает здоровье тела и бывает здоровье духа.

-А вам надо решить, какие рецепты к ним относятся.

Здоровье - это то, что необходимо для жизни каждого человека , и каждого ученика. А ещё всем для жизни необходимо солнышко.

4.Реализация построения проекта:

-Мы сейчас возьмём наши солнышки и на волшебных лучиках будем размещать правила здоровья, чтобы они помогали всем, всем.

- Вспомните, как мы работаем в парах? (ответы детей)

Работают в парах.

звучит песня: Светит солнышко (муз. А.Ермолова, сл. В.Орлова) Дети берут листы с изображением солнца. Учитель обращает внимание детей, что лучики разного цвета: жёлтые и оранжевые. Жёлтые - будут относиться к здоровью тела, а оранжевые - здоровью духа.

На доске крепятся карточки: ЗДОРОВЬЕ ТЕЛА ЗДОРОВЬЕ ДУХА

Разбираются и приклеиваются к лучикам те правила, которые не вызвали споров:

-береги зрение -держи спину ровно -делай разминку -соблюдай режим дня

Обсуждается необходимость. На какие лучики наклеиваем ( здоровье тела)

Обсуждаем правила:

-верь в себя -поднимай настроение -будь спокоен Выясняем, что они относятся к здоровью духа. Это необходимо для успешной учёбы, а значит - для нашего хорошего настроения. А без хорошего настроения не может быть и хорошего здоровья.

Дети дополняют правила своими.

Все солнышки вывешиваются на доску. Вот теперь у нас в классе стало светлее и теплее: вы поделились частичкой своей работы, а значит и души со своими товарищами. Мы работали дружно. Мы были доброжелательны друг к другу, значит смогли на уроке не растерять здоровье, а сохранить его.

-Кто на уроке должен следить за здоровьем ученика, за вашим здоровьем?(я сам, сам ученик).

-Может ли учитель постоянно следить за осанкой, зрением, настроением ученика?(нет, сам ученик).

-Доктор Айболит предлагает вам задание, определить соблюдает ли правила сохранения здоровья его друзья коротышки.

1. «Незнайка на уроке не смог правильно списать слова из учебника. Он расстроился ,бросил ручку и больше ничего не делал».Какие правила здоровья он нарушил?(Он нарушил правила «будь спокоен» и «Поверь в себя».)

-Что ему можно посоветовать? (Ему не надо расстраиваться, а нужно спокойно найти и исправить свою ошибку.)

2. «Синеглазка после чтения текста всегда выполняет упражнения для глаз. Правильно ли она делает?» (да, она заботится о своем зрении, дает глазам отдохнуть.)

-Какие упражнения вы ей еще посоветуете? (можно еще закрыть глаза или посмотреть вдаль….)

-Сейчас мы послушаем стихотворение Ю. Мориц и увидим, что важно воздействовать не только на здоровье тела, но и здоровье духа, на душевное состояние. (читают два ученика).

«Не бойтесь, пожалуйста ,Доктора Льва!»

Он в горло зверюшке заглянет сперва,

И выпишет срочно рецепт для больного:

«Таблетки, микстуру и **теплое** слово.

Компресс, полосканье и **доброе** слово,

Горчичники, банки и **нежное** слово,-

Ни капли холодного, острого, злого!»

Без **доброго** слова, без **теплого** слова,

Без **нежного** слова- не лечат больного!

-Игра «Доброе словечко».

-А теперь повернитесь друг к другу и скажите добрые, ласковые слова.

7.Рефлексия деятельности на уроке. Давайте подведём итог: что нового узнали на уроке?

-Как сохранить здоровье в школе?

-К чему могут привести невыполнения этих правил?

-Какие вспомнили?

-Какие новые правила открыли для себя?

-Возможно, вы сегодня по настоящему задумались над правилами сохранения своего здоровья.

-И я уверена, что вы научитесь их выполнять.

-Вы все молодцы, поэтому доктор Айболит решил оставить вам подарок, чтобы выполнять правила сохранения своего здоровья и помогать другим. Но для этого вы должны составить свой режим дня, пользуясь памяткой от доктора Айболита. Это будет задание к проекту. Игра «Это я, это я, это все мои *друзья*». Учитель: -Я буду называть двустишие, если вы с ним согласны, говорите хором:«Это я, это я, это все мои друзья» Кто из вас всегда готов

Жизнь прожить без докторов?

Кто не хочет быть здоровым

Бодрым, стройным и весёлым?

Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

Кто мороза не боится

На коньках летит как птица?

Ну, а кто начнёт обед

С жвачки импортной, конфет?

Кто же любит помидоры,

Фрукты, овощи, лимоны?

Кто поел - и чистит зубки

Ежедневно дважды в сутки?

Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?

Кто согласно распорядку

Выполняет физзарядку?

Кто, хочу у вас узнать,

Любит петь и танцевать? Айболит прощается с вами и обращается к вам со словами: «Я открыл вам все секреты, как здоровье сохранить- Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!»