*2 класс*

*Средняя школа №2*

*Учебник: Плешаков*

***ОТКРЫТЫЙ УРОК ПО МИРУ ВОКРУГ НАС***

**Тема: Если хочешь быть здоров…**

**Цель**: формирование представления детей о здоровом образе жизни

**Задачи:**

**образовательная:**

 выделить компоненты здоровья человека и познакомить с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье на долгие годы в рамках здоровьесберегающих технологий;

**развивающие:**

 способствовать развитию речевой деятельности, мелкой моторики;

**воспитательные:**

 воспитывать у детей ответственное отношение к своему здоровью и

 здоровью окружающих.

**Оборудование:** проектор, магнитофон, игра «Полезно - вредно»,

 материала для учащихся

**ХОД УРОКА**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1.Организационный момент:**- Здравствуйте, дорогие друзья! Садитесь. Меня зовут Ю.Ю. -Я знаю, что предмет Мир вокруг нас у вас один из любимых и сегодня этот урок проведу у вас я. - Но пришла я к вам на урок не одна, со мной пришли мои друзья Хворайка и Неболейка. У них очень странные имена. Как вы думаете, зачем они пришли к вам. Сейчас я вам расскажу про них интересную историю.**2. Сообщение темы и целей урока**  Жили-были Хворайка и Неболейка. Однажды, одним прекрасным утром Неболейка прогуливался по парку, он был в прекрасном настроении, хорошо себя чувствовал и с улыбкой на лице любовался природой.  Вдруг он услышал чей-то кашель, он поспешил на помощь. Хворайка сидела на скамейке и плакала. –Почему ты плачешь Хворайка, - спросил у неё Неболейка. - Я самая несчастная, я постоянно болею!- Не переживай, Хворайка.Я помогу тебе. Я живу в городе Здоровячков и посещаю школу Здоровья, хочешь поехать со мной?- Конечно, хочу!!У.- Как вы думаете, почему Хворайка захотела поехать в город Здоровячков?У.- Дорогие друзья, а вы хотите побывать в городе Здоровячков и посетить школу Здоровья?У. – Сегодня мы на уроке отправимся с вами в этот город Здоровячков, познакомимся с докторами, которые расскажут нам, как сделать свою жизнь безопасной и интересной, и какие нужно соблюдать полезные правила для сохранения здоровья. **3.Актуализация знаний**- Но для того чтобы получить маршрутный лист нам необходимо выполнить задание и проверить как вы знаете строение своего организма. КРОССВОРД1. **Кроссворд «Организм человека»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | 6 |
|  |  | 3 | 4 | 5 |   |
| 1 | 2 |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |  |   |  |
|   |  |   |  |  |  |

1. Не часы, а тикает.
2. Бесконечный поезд, развозящий по телу питательные вещества.
3. Когда сытый, он молчит. Когда голоден- урчит.
4. Орган зрения.
5. Органы дыхания человека.

 И говорит, и кушает.- Молодцы, вы хорошо знаете строение организма, но этого мало , необходимо знать, как укреплять свой организм, чтобы вы были здоровыми всегда улыбались и веселились.**4. Основная часть****Путешествие по городу Здоровячков**-Маршрутные листы у вас в руках, пора в путь.* Звучит музыка, дети встают у своих парт, шагают, имитирую продвижение в страну Здоровячков.

Вот мы и пришли…Это город Здоровячков, здесь живут веселые, добрые люди и они помогут нам побольше узнать о том, как быть здоровым долгие годы, как защитить себя от болезненней. И тема наешего путешествия, так и звучит «Если хочешь быть здоров…»**1)Доктор Пилюлькин**- Сохранить свое здоровье помогает режим дня. **Режим, ребята, много значит!****Поможет он решить задачи:****Когда ложиться и вставать?****Когда тетрадку открывать,** **когда садиться за уроки?****Когда идти гулять? Когда???****Ответ получишь ты тогда,****Когда изучишь ты режим****И станет он тебе родным!**- Прослушав, стихотворение может, кто-то из вас может сказать ,что такое режим дня? - А вот **Максим** в этом вопросе разбирается лучше всех, давайте послушаем его рассказ, после которого необходимо будет ответить на вопрос, что же такое режим дня?**Сообщение**Режим – это распорядок дел, действий, которые вы совершаете за день. Организм человека привыкает к внутреннему расписанию и не любит, когда его нарушают. Если вы привыкнете ложиться спать, вставать утром, гулять, читать, готовить уроки в одно и тоже время, то вашему организму будет легко работать, и вы будете всегда чувствовать себя здоровым и бодрым.-Что же такое режим дня? **(Дети читают стихотворение: Режим дня)** Чтоб прогнать тоску и лень, подниматься каждый день Нужно ровно в семь часов. Сделать лёгкую зарядку и убрать свою кроватку. Душ принять, и завтрак съесть, а потом за парту сесть!После школы отдыхай, но только не валяйся. Дома маме помогай, гуляй, закаляйся! Пообедав, можешь сесть выполнить задания. Всё в порядке, если есть воля и старание. Соблюдаем мы всегда распорядок строго дня. В час положенный ложимся, в час положенный встаём.Нам болезни нипочём!  - Доктор: До свидания, ребята, советую вам посетить доктора Чистюлькина. - Учитель: Итак, дорогие друзья, давайте подумаем, один из помощников в сохранении здоровья- это … (Режим дня) Слайд..Учащиеся отмечают в маршрутном листе степень обученности на данном этапе.- Давайте воспользуемся советом и зайдем в гости к доктору Чистюлькину…1. **Доктор Чистюлькин**
* Здравствуйте, здравствуйте. Я Доктор Чистюлькин, я слежу за тем, чтобы жители города соблюдали правила личной гигиены.
* Дети, а вы знаете,что обозначают слова – «личная гигиена» ?
* **Олеся**  изучала материал по теме самостоятельно, послушаем её и попробуем найти ответ на вопрос, что такое означают слова «личная» гигиена?

**Доклад.**Личная – то есть каждый человек выполняет эти правила. Гигиена – это те действия, выполняя которые, человек поддерживает своё тело и жилище в чистоте, и не болеет. Нужно мыть руки перед едой, правильно ухаживать за зубами, не реже одного раза в неделю мыться горячей водой, ухаживать за ногтями и волосами, содержать в чистоте одежду и обувь, помещение, в котором живёшь!Вопрос**Работа с учебником с. 11*** Дети выполняют задания на стр.11

Давайте ответим ещё на один вопрос Доктора Чистюлькина.* ***Отметка в Маршрутных листах***
1. **Доктор Айболит**

О чем хочет рассказать нам Доктор Айболит вы узнаете отгадав загадку.Когда мы едим-Они работают,Когда не едим – Они отдыхают.Не будем их чинить Они заболеют. (ЗУБЫ)**Советы Доктора Айболита**Дети читают советы Доктора Айболита- Дорогие друзья, а какие еще правила необходимо соблюдать, чтобы наши зубы были здоровы? **Работа с учебником на стр. 13.**- Я думаю, вы запомнили хорошо все правила, и обязательно будите их выполнять, отметьте в маршрутных листах, если вам всё понятно?1. **Доктор Физкультура**

- Куда дальше мы должны отправиться?**Физ- пауза**Руки выше 3-4,Наклонились 3-4.Ноги прямо в стороны поставили.Наклонились 3-4,И еще раз 3-4,Ножки вместе быстро мы поставили.Потянулись 3-4,Пошагали 3-4,А теперь на месте мы попрыгали.Наклонились 3-4,И еще раз 3-4.Ножки вместе быстро мы поставили.----------------------------------Ребята, а что еще кроме подвижных игр и зарядки укрепляет наш организм.(Занятия спортом и закаливание)- Какие виды спорта вы знаете?* **Отметка в маршрутном листе**

- Помощник в сохранении здоровья.1. **Веселый повар**

Ребята, а как вы думаете, почему повариха в таком хорошем настроении?(Она правильно питается)А что значит «правильное питание»? Как вы думаете? А лучше в этом вопросе разбирается **Антон Поспелов.** Давайте послушаем, что он нам расскажет. После рассказа будьте готовы ответить на вопрос: Что такое правильное питание?**Доклад**Правильное питание – это разнообразное питание. Для роста и развития необходимы питательные вещества. Среди них белки,жиры и углеводы. Кроме питательных веществ, организму требуются витамины. Есть лучше всего в одно и тоже время , желательно 4 – 5 раз в день, но не менее 3 раз. Старайтесь больше употреблять овощей и фруктов, пейте молоко и кефир, ешьте творог, поменьше употребляйте сладкого, жирного и солёного. И будете здоровы!- Какое питание называется правильным?- В рассказе вы услышали **новые слова:**белки, жиры и углеводы. Кто запомнил, что это такое?- Сейчас мы должны провести небольшое исследование.- Распределитесь по группам. * **Работа в группах**

Прослушайте вашего одноклассника и выясните, в каких продуктах содержаться данные питательные вещества и для чего они нужны организму? В конверте найдите картинки с изображением данных продуктов.**Белки** (НИКИТА)Чтобы вырасти ты мог, В пище должен быть белок. Он в яйце, конечно, есть, В твороге его не счесть. В молоке и в мясе тоже. Здесь белок тебе поможет.**Жиры** (ПОЛЯ)Жир, что в пище мы едим, Очень нам необходим: Сохранит температуру, Повлияет на фигуру, Защитит от холодов, Шубой нам служить готов.**Углеводы**  (Сергей)Все все крупы - Удивительная группа - Нам в тепло и непогоду Поставляют углеводы, Нам клетчатку посылают, И энергией питают.**Фронтальный опрос после работы в группах**У. -В каких продуктах содержатся…? У. Для чего организму нужны….? -Давайте сделаем вывод, для чего организму необходимы питательные вещества?Я вижу вы отлично разбираетесь, что полезно кушать…Значит эта **телеграмма**  **от Карлсона** пришла по правильному адресу, давайте прочитаем, что случилось.Телеграмма-Как вы думаете Карлсон выздоровит или он, что-то делает неправильно.-Давайте поможем ему **составить правильное меню.** А что такое меню?**Дети работают с карточками. В группах**- Сейчас вы работаете в группах и составляете меню для Карлсона.**Меню для Карлсона:**(Обведите карандашом номера продуктов, которые выбрали)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Каша манная | **7.** | Суп гороховый | 13. | Макароны |
| 2. | Гречка | 8. | Щи | 14. | Творог |
| 3. | Кефир | 9. | Шоколадные конфеты | 15. | Молоко |
| 4. | Хлеб | 10. | Кола | 16. | Ход-дог |
| 5. | Картофель | 11. | Чай с шиповником | 17. | Чипсы |
| 6. | Торт | 12. | Мясо | 18. | Яблоки |

**Меню:** (запишите, что выбрали)1**.**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Игра «Вредно- полезно»**- Карлсон говорит нам огромное спасибо и предлагает поиграть в игру «Вредно-полезно».А вы знаете, сколько съедает каждый человек за свою жизнь?(Приблизительно 50 тонн – целый товарный вагон)- Сделаем вывод, значит еще один помощник в укреплении здоровья – это правильное питание.* **Маршрутный лист**

- Я думаю, вы устали, давайте встанем и немного поиграем.1. **Игра с Незнайкой**

- Друзья мои, но если вы вдруг заболели, что же делать тогда? (Обратиться к врачу)- Вы совершенно правы, но это тема следующего урока, а сейчас подведем итог нашего путешествия.1. **Итог**

- Вот и подошло к концу наше путешествие по городу Здоровячков.- Назовите наших помощников в сохранении здоровья.- Давайте выведем формулу здоровья?- Что же необходимо делать, чтобы прожить здоровым и счастливым много лет? * **Формула здоровья**
1. **Домашнее задание**

**«4»и «5» Изучить материал на с. 10-13. Составить свой режим дня****«3» Изучить материал на с. 10-13*** **Маршрутные листы**

- Посмотрите в свои маршрутные листы и оцените, насколько плодотворно вы сегодня поработали. Встаньте те , у кого в итоге получились красные квадратики.- Молодцы! Но за активную работу на уроке, грамотные ответы я поставлю оценки следующим учащимся…1. **ФИНАЛ**

- А жители города Здоровячков и Неболейка говорят:«ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ- БУДЬ ИМ!» | СЛАЙД 1 СЛАЙД 2СЛАЙД СЛАЙД СЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙД СЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСлова на доскуСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙДСЛАЙД |