**Путешествие на поезде «Здоровья».**

**Цель:** формирование образа жизни, способствующего укреплению здоровья человека.

**Задачи**: формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью; воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры; приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, плавание, футбол, волейбол, ритмика); способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.

**1.Организационный момент. (Слайд 1)**

**Учитель:** - Вот и закончились летние каникулы, прозвенел школьный звонок. День Знаний - праздник особый, хотя каждый год он повторяется вновь и вновь. Первое сентябрьское утро несет с собой что-то новое, ведя нас по неизведанным дорогам знаний.

«Осень нежно нам всем сообщает,

Что пора школьных дней наступает.

С летом солнечным надо проститься,

Хочешь, нет ли, а надо учиться!»

«Гости, вы пришли не зря,

Ведь сегодня в школе праздник –

Праздник Первого Сентября!

Учёба, здравствуй!

Школа, здравствуй!

Идём за знаньями в поход!

Сегодня праздник,

Школьный праздник –

Встречаем мы учебный год!»

**Учитель:** - А знаете ли вы, ребята, что не все дети мира идут в школу 1 сентября**? (Слайд 2)**

В Голландии, Норвегии и Швеции дети проучились уже целый месяц - они пошли в школу 1 августа.

В Индии учебный год в самом разгаре. Он начался 1 апреля.

В Австралии ученики вновь садятся за парты 1 января.

А в республике Коста-Рика вчера, т.е. 31 августа в школах прозвенел последний, а не первый, звонок.

**2.Сообщение темы урока.**

**Учитель: -** Сегодня мы вновь собрались нашей дружной командой,

Чтобы продолжить занятия из серии уроков о здоровье. Сегодня мы совершим путешествие на поезде «Здоровье». Но сначала выполним утреннюю гимнастику. **(Слайд 3)**

Девизом нашей команды сегодня будут следующие слова.

Давайте разучим девиз нашей команды:

«Мы умеем думать,

Мы умеем рассуждать,

Что полезно для здоровья,

То и будем выбирать!»

- Итак, в путь! *(Дети имитируют движение поезда, под звук движущегося паровоза* ***– слайд 4****).*

- А чтобы не было скучно в дороге возьмем с собой в путешествие свою «классную» песню. **(Слайд 5)**

**3. Станция «Неболейка» (Слайд 6, 7, 8)**

-Почему нельзя гладить незнакомых собак? (Возможно заражение глистами, блохами, лишаем).

-Назовите болезни «грязных рук» (Желудочно-кишечные расстройства, дизентерия, гепатит (желтуха)).

-Какие меры профилактики гриппа в зимнее время вы знаете?

- Какие болезни таит в себе глоток воды из реки или озера? (Холера, дизентерия, гепатит, сальмонеллез, гельминты).   
- Почему нельзя сразу после занятий физкультурой пить холодную воду? (Резкое охлаждение может вызвать ангину).

- Как избежать заболевания педикулезом? (Мыть чаще голову, не пользоваться чужими расческами, не ложиться в чужую постель).

-Признаками какого заболевания может быть покраснение, зуд? (Возможна чесотка, обратиться к врачу).

-Как избежать солнечного удара? (Носить головной убор и не находиться долго на солнце).

**4. Станция «Скорая помощь» (Слайд 9, 10, 11).**

- Какие растения используются как жаропонижающие средства? *(Малина, лимон.)*

-Какие растения используют при сердечном приступе? *(Настойка ландыша, корней валерианы, пустырника.)*

**5. Кафе «Робинзон» (Слайд 12, 13, 14, 15).**

«Не забывай, в числе других продуктов

Побольше кушать овощей и фруктов.»

-Что можно приготовить из данных растений?

Дуб – из желудей приготавливают кашу, лепешки, оладьи.

Одуванчик – салат из листьев, варенье, чай.

Цикорий –кофе.

Крапива – салат, суп.

**6. Физминутка «Дождик» (Слайд 16).**- Что необходимо, чтобы росл , цвели прекрасные растения, которые не только радуют нас своей красотой, а еще являются для человека продуктом питания, помогают при многих заболеваниях? (Вода, дождь).

- А сможет ли человек прожить без воды?

- Что нужно делать , чтобы вода в водоемах была чистой?

**7. Станция «Мойдодыр». (Слайд 17, 18, 19).**

«Надо, надо умываться по утрам и вечерам,

А нечистым - трубочистам стыд и срам !»

- Многие растения помогают человеку в ухаживание за волосами, кожей. Поэтому в создании различных косметических средств, а это и крема, шампуни, тоники для лица и др. используют растения. О некоторых сейчас мы и поговорим.

- Ягоды этого растения отбеливают кожу лица, делают ее упругой? (Земляника).

- Волосы, вымытые в отваре этого растения, приобретают золотистый оттенок, а при умывании кожа становится бархатной. (Цветы ромашки).

- Листья и корни этого растения используют от боли при ушибе? (Лопух, подорожник).

- Сок этого растения используют вместо йода, для выведения бородавок, настоем умываются, моют голову? (Чистотел).

- Какое дерево избавляет ноги от запаха пота? (Кора дуба).

**8. Станция «Спортивная». (Слайд 20, 21).**

«Вини себя за вид болезненный и хмурый,

Не занимаешься, ты, видно физкультурой.»

- Покажите комплекс гимнастики на внимание.

-Назовите виды спорта, входящие в Летние Олимпийские игры. (Летняя Универсиада. Чемпионат мира по легкой атлетике – Москва 2013).

-Назовите виды спорта, входящие в Зимние Олимпийские игры. Где будут проходить Зимние Олимпийские игры в 2014 году?

**9. Рефлексия.**

- Пора возвращаться домой. Какие силы природы являются помощниками для человечества, друзьями? **(Слайд 22, 23).**

*а) Составление формулы жизни. (Составляем вместе с детьми на магнитной доске.)*

- На уроках математики мы изучали переместительный закон сложения (вспомните).

- Но есть в жизни правило, где от перемены мест слагаемых всё резко изменяется…

**Формула жизни:**

**Жизнь = здоровье + семья + учёба + друзья**

- Почему здоровье ставим на 1 место?

б) творческая работа - использование активных методов обучения - *самостоятельная работа.* **(Слайд 24, 25).**

-Давайте пожелаем добра друг другу.

«Я желаю тебе добра

Ты желаешь мне добра

Мы желаем друг другу добра.»

(Дети приветствуют друг друга, соприкасаясь пальцами, ладонями.)

- Все свои пожелания тепла и дружбы давайте перенесем на лист бумаги. Обведите свои ладошки и напишите, что хотели бы вы себе пожелать и своим друзьям, близким. ( Дети самостоятельно работают, затем выставляют на магнитную доску, зачитывая свои ответы).

в) напутственное слово учителя.

«Ты сегодня - второклассник!  
В этот день осенний  
Безмятежно и прекрасно  
Будет настроение!  
Ты уже осилил первый -  
Самый главный класс,  
И родителей, наверное,  
Знаньями потряс!  
Безусловно, ты герой:  
Смелый и отважный!  
Начинается второй –  
Год, конечно, важный.  
Класс второй! Дружище, будь  
Терпелив и стоек!  
И учись не как-нибудь -  
А учись без двоек!»