**Тема**: Здоровье человека.
.

**Цели урока:** 1. Расширить знания учащихся об укреплении своего здоровья.

2. Способствовать формированию здорового образа жизни учащихся.

3. Стимулировать развитие творческих возможностей учащихся.

**Оборудование:** оформление доски: плакат с изображением человека, который занимается разными видами спорта.

**Ход урока:**

1. **Организационный момент**.

2. **Введение в тему урока**

(На доске записано стихотворение С. Я. Маршака )

Цените слух, цените зрение,

Любите зелень, синеву –

Всё, что дано нам во владение

Двумя словами « Я живу».

- Ребята, прочитайте стихотворение. Как вы понимаете слова «Я живу»? Как вы думаете, что такое «счастливая жизнь»?

- Верно, ребята, счастливая жизнь невозможна без здоровья. Сегодня мы поговорим о значении здоровья в жизни человека.

3. **Постановка целей.**

- Зная тему и используя слова на доске, поставьте цели урока:

-повторить( изученный материал по теме «Здоровье»);

-расширить (знания об укреплении здоровья).

4. **Формирование новых знаний**.

- Каждый день мы говорим или слышим слова с корнем «здрав – здоров»: «Здравствуйте», «Здравия желаю», « Как ваше здоровье?», « Доброго здоровья», « Будьте здоровы». И это понятно: здоровье – самое ценное богатство общества и каждого человека

- Вам было дано задание: расспросить у ваших бабушек и дедушек, как проходило их детство в военную и послевоенную пору. Сейчас мы послушаем ваши сообщения

( *Дети зачитывают сообщения).*

- Спасибо за работу! Теперь совсем другое дело. Уверенно вошло в быт газовое отопление, стиральные машины, пылесосы. И это замечательно! Но, к сожалению, ушли в прошлое почти все подвижные игры. Зато прочно захватили свои права телевизор( компьютер ). Некоторые школьники тратят на просмотр телепередач по 16, 20 и даже 30 часов в неделю. 30 часов неподвижного сидения у телевизионного экрана! Чем это грозит человеку?

( *Далее рассказ учителя сопровождается возникновением схемы на доске)*

-Мышцы плохо сокращаются;

-Кости становятся рыхлыми;

-Особенно страдает сердце, сосуды.

**Малоподвижный человек**

-Но всех этих явлений можно избежать, если будете двигаться.

5**.Работа в группах.**

-Для дальнейшей работы я предлагаю вам объединиться в группы. Каждая группа- специалисты в области здорового образа жизни. Ваша задача- создать рекомендации для двигательной активности.

(Дети работают в группах).

-А теперь, ребята, озвучьте свои рекомендации.

(Дети называют свои, учитель открывает на доске свои; сравниваются.)

**Дети Учитель**

1.В школу надо идти пешком. 1.Дорогу в школу или хотя бы часть её пройдите пешком.

2.Делать зарядку.

3.На перемене надо двигаться, 2.Перемену постарайтесь провести в движении.

4.После уроков необходимо 3.После уроков полезно прогуляться.

погулять на свежем воздухе. 4.Во время приготовления домашних заданий

5.Заниматься спортом. делай короткие перерывы для физкультурных

упражнений.

5.Делать утреннюю зарядку и дружить со спортом.

-Молодцы, ребята, все отлично справились! Сейчас я хочу, чтобы вы выбрали наиболее четкие и полные рекомендации, какой группе это удалось?

-Отлично! Работу этой группы мы поместим в наш классный уголок здоровья.

**Физминутка.**

-Чтобы быть здоровыми, надо делать зарядку, а мы сделаем точечный массаж.

 **6.Работа по учебнику.**

-Открываем учебники( Окружающий мир. 4 класс: Учебник для общеобразовательных школ/ Автор-составитель Н. Ф. Виноградова.-М.: Вентана-Граф) на странице 49 и посмотрите на рисунок -Какие вы видите правила здорового образа жизни?

-Ребята, посмотрите на доску.

(На доске яркий коллаж из картинок: человек, облако, солнце, водоем).

-Почему говорят что солнце, воздух и вода- наши верные друзья? Как вы это понимаете?

-А какой у вас распорядок дня?

-Я предлагаю вам поиграть в игру «Кто быстрее?». Правила игры: кратко на отдельных листочках опишите , из каких режимных моментов складывается ваш распорядок дня, какое время отводится для того или другого режимного момента. Эта игра позволит нам выявить учащихся, которые правильно распоряжаются своим временем в течение дня. Они и будут победителями.

7.**Самостоятельная работа**.

8.**Отчет о работе**(дети по желанию зачитывают свои работы, которые, по мере необходимости, корректируются учителем и другими учащимися; определение победителей).

9**.Итог урока**.

-Ребята, прочтите запись на доске:

Здоровье- это самое ценное богатство каждого человека.

-Вы согласны с этим мнением?

-Постарайтесь запомнить эти слова.

-А теперь, подводя итоги, давайте вспомним цели урока. Все ли мы выполнили, что наметили?

10**.Оценивание**.

11.**Домашнее задание**.

-Дома вы поработаете в рабочей тетради № 1 и выполните одно из заданий: №72, №73, №74- по выбору, а также подберете пословицы и поговорки о здоровье и запишите их на отдельные листочки.