**БОУ СОШ № 160**

**с углубленным изучением английского языка**

**Красногвардейского района Санкт-Петербурга,**

**Открытый урок во 2 « г» классе, Окружающий мир**

**подготовила и провела учитель начальных классов**

**Комарова Ольга Викторовна.**

**Тема: Будь здоров!**

**«Воды холодной не бойся – ежедневно ею мойся».**

**Целевые установки урока**

**Предметные результаты:**

- знать и соблюдать правила здорового образа жизни в зимний период;

- знать и уметь объяснить товарищу правила 2-3 народных игр, подходящих для зимы

(из учебника и из репертуара игровой культуры народов своего края);

- познакомить с понятием *закаливание*, правилами закаливания, с комплексом физкультминутки ;

**Метапредметные результаты:**

- формулировать правила здорового образа жизни зимой;

- контролировать своё поведение по отношению к сверстникам в соответствии с правилами игры;

- развивать логическое мышление, речь, память учащихся, интерес к здоровому образу жизни; воспитывать у учащихся бережное отношение к своему здоровью, как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Личностные результаты:**

- понимать необходимость соблюдения правила здорового и безопасного образа жизни в зимний период;

- осознавать важность благожелательного общения друг с другом во время игры.

**Оборудование:** иллюстрация сказки « Морозко»; Г.Цыферов « Про цыплёнка, солнце и медвежонка» костюмы для сценки сказки, приготовленные учащимися и их родителями; презентация по теме: слайды таблицы « Правила воздушного закаливания», « Правила закаливания водой. Контрастный душ», «Признаки закалённого человека», загадки, пословицы по теме; рисунки учащихся

« Учимся беречь своё здоровье», физкультминутка «Гигиена осанки» и др.

**План**

1. **Организационный момент. Актуализация знаний и постановка проблемы.**

-Сегодня у нас открытый урок. К нам пришли гости. Поприветствуем гостей. Говорить друг другу **« Здравствуйте»** - означает желать здоровья. Повернитесь, улыбнитесь, поздоровайтесь кивком головы.

**-«Здравствуйте!»-** говорят при встрече. Так и мы приветствуем Вас, дорогие наши гости.

*- Посмотрите-ка на нас,*

*Вот такой хороший класс.*

*Приготовились учиться,*

*Ни минутки не лениться.*

*Не скучать, не отвлекаться,*

*А стараться и стараться!*

- А работать мы будем под девизом**: « Я умею думать, я умею рассуждать, что полезно для здоровья, то и буду выбирать!»**

**( Слайд 1 -2 « Девиз урока».)**

**Повторить правила работы в группе.**

**2.Целеполагание**.

**Формулировка проблемы через подводящий диалог.**

Учитель: посмотрите на иллюстрацию (Яркое пятно темы).

- Подумайте, к какой русской народной сказке она подходит? Какое время года? Кто главные герои? Какие слова из сказки подходят к иллюстрации.

Ученики: русская народная сказка « Морозко»; Зима. главные герои Мороз Иванович и Настенька; « Тепло, ль тебе, девица?» - спрашивал Мороз Иванович. « Тепло, Морозушка, тепло, батюшка!» - отвечала Настенька.

Учитель : Какой вопрос возникает у вас?

Ученики: **Почему не замёрзла девочка?**

Учитель: Как вы думаете почему?

Ученики: Девочка была не изнеженной, а закалённой.

Учитель: Как понимаете « закалённой» девочкой?

Ученики: Не боится холода.

Учитель: Кто догадался, **какая тема** будет сегодняшнего урока?

**Совместное « открытие» знаний:**

Ученики: мы будем говорить о зиме, о здоровье, закаливании холодом, воздухом, водой*….(предположительные ответы учащихся)*

Учитель: Верно. Холод бывает полезным для здоровья, если к нему постепенно приучать себя. Наши предки очень любили парную баню в зимнюю пору. Хорошо попарившись, они ныряли в снег на несколько секунд, растирались им, затем снова спешили в парную.

- Закаляться – значит сделать организм устойчивым к простуде, приучать к холоду.

**3. Сообщение темы урока: Будь здоров!**

- *Ребята, а вы, моете лицо и руки холодной водой по утрам?*

(ответы детей)

Учитель: закаляться можно **прохладным воздухом и водой.** Но об этом чуть позже.

Учитель: « Ребята, сейчас я вам расскажу случай, который произошёл с поэтом Даниилом Хармсом;

- Я шёл зимою вдоль болота

В галошах,

В шляпе

И в очках.

Вдруг по реке пронёсся кто – то

На металлических

Крючках.

Я побежал скорее к речке,

А он бегом пустился в лес,

К ногам приделал две дощечки,

Присел,

Подпрыгнул

И исчез.

И долго я стоял у речки,

И долго думал, сняв очки:

« Какие странные

Дощечки

И непонятные

Крючки!»

- Какое время года описал поэт? Кого же увидел автор?

**4. Самостоятельная работа с учебником:**

**А) Откройте учебник на стр. 48**

- внимательно рассмотрите « Семейный альбом», какие фотографии в учебнике подходят к этой загадке – стихотворению?

- Вы сами любите кататься на коньках и лыжах? Какие ещё вы знаете зимние забавы? За что вы их любите?

- Чем отличаются зимние игры от игр в другие времена года?

( Дети отвечают, используя свой жизненный опыт.)

**В) Работа в группе:**

- Выборочное чтение, найти ответ на вопросы в тексте с. 48 -49

**1. Как укреплять здоровье зимой?**

**2. При какой зимней погоде можно построить снежную крепость и слепить снеговика? Почему?**

**3. Как нужно одеваться в сильные морозы и при ветре?**

**4. Где можно кататься на коньках, лыжах, санках, играть в хоккей?**

**5. О старинных зимних забавах со «Страничек Умного Совёнка» стр.123**

**Прочитать, пересказать ответ всему классу. С. 49 (Рассмотреть фотографию старинных санок и сравнить с современными санками, рассказать о самом главном отличие).**

**6.Рассмотреть картину Ф.Сычкова « С гор» с. 49 Составьте короткий рассказ. (какое настроение у героев картины, какова их одежда, опишите как они относятся друг другу, можно ли назвать их друзьями?) Можно ли назвать ребят на ней здоровыми, крепкими?**

**- Как вы думаете, в чём секрет их здоровья?**

**- Как же нам постараться обратить себе на пользу особенности зимней погоды?**

**5.Физкультминутка**

- Сейчас мы выполним физкультминутку. Во время выполнения упражнений следите за осанкой.

1.И.п.- сидя за партой, руки к плечам. Руки вперёд, ладони перед собой, и.п., свести лопатки. Повторить 3-5 раз, темп средний.

2. И.п.- сидя за партой, руки над головой. Наклон налево, наклон направо. Повторить 3-5 раз, темп медленный.

3.И.п. – стоя у парты. Полу приседы, руки на затылке, локти отвести назад, голова, спина прямо. Повторить 5 раз, темп средний.

4. И.п. – стоя, руки к плечам. Круговые вращения локтями назад. Повторить 3-5 раз, темп средний.

5. И.п. – стоя, руки на пояс. Повороты головы налево, направо. Повторить 3-5 раз, темп средний. Глазки закрыть, зажмурить и резко открыть.

Учитель: Молодцы! Вы отлично справились с заданием: хорошо сближали лопатки, закрепляли стереотип правильной осанки.

**6. Расширение и применение знаний**

(работа в группах или фронтально)

Учитель: очень часто говорят: ***« Закаляйся, как сталь!»*** А знаете ли вы, что это значит? (ответы детей)

- Можете ли вы себя назвать закалённым? (ответы детей)

- Прочитайте на доске волшебные слова: ***« Я здоровье сберегу, сам себе я помогу».***

- Чередуя холод с теплом, можно тренировать сосуды, по которым бежит кровь. Закалившись, никакие перемены погоды вам не будут страшны.

- ***С чего же начинать закаливание?*** (ответы детей виды закаливания)

- Лучше всего начинать закаливание с воздушных процедур. Как?

На экране слайд **« Правила воздушного закаливания»** *(читают ученики, сравнивают ответы учащихся с эталоном)*

1.Утром умывайтесь и делайте зарядку при температуре воздуха +18(+20) С

в одних трусиках ( 5- 10 минут).

2.Следите, чтобы на коже не появились «пупырышки». Это признак охлаждения. В этом случаи нужно быстро одеться.

1. **Совместное применение знаний**

*( работа в группе, по ролям дети разыгрывают ситуацию в костюмах: цыплёнка, гусёнка, гусеницы, слова автора)*

Учитель: обсудим, правильно ли проводила закаливание цыплёнка его подруга гусеница.

**Автор:** «Слушайте! Цыплёнок встретил гусёнка».

**Цыплёнок**: «Странно, -**пропищал цыплёнок,** - сам белый, а лапки розовые?»

**Гусёнок**: « А я их в холодной воде мыл, вот они и покраснели».

**Цыплёнок:** «А если я буду мыть лапки в холодной воде, у меня тоже покраснеют? – **спросил цыплёнок.**

**Гусёнок**: « Попробуй!» **- сказал гусёнок**.

**Автор:** « И пошла жёлтая гусеница поливать из ковшика на лапки цыплёнку воду. Ждал, ждал цыплёнок, когда лапки станут розовыми, а они почему – то стали синие.

**Лягушки смеялись:** « Это что? Жёлтый цыплёнок на синих ножках. Смешно! Ну, очень смешно».

**Автор**: « Ребята, а вам смешно?» *( Демонстрация рисунка классу)*

**Автор:** «Ответьте, почему лапки у цыплёнка посинели? Правильно ли гусеница

проводила закаливание цыплёнка водой?» ( ответы детей)

**Учитель:** « Верно, неправильно. Давайте запомним ***правила закаливания водой.*** Сверим наши ответы с эталоном».

***Правила закаливания водой.*** *(читают дети)*

**Контрастный душ**

*- Купаясь в ванне в тёплой воде, привстаньте и полейте себя чуть прохладной водой, затем опять тёплой и снова прохладной.*

*- Вытрите тело полотенцем, оденьтесь.*

*- повторяйте это ежедневно, постепенно снижая температуру воды на 1-2 С.*

*- Польза закаливания в том, что закалённый человек почти не болеет, спокоен, хорошо спит. На уроках внимателен и долго не устаёт.*

**6.Самостоятельное применение знаний**

Выставка работ: рисунки детей домашняя заготовка

***« Учимся беречь своё здоровье».***

**Признаки закалённого человека:**

- Он редко болеет и быстро выздоравливает (на 2-3 день )

- Он всегда активен, на уроках собран и внимателен.

- Кожа у закалённого человека розовая, здоровая, глаза ясные, волосы блестящие.

- Он носит лёгкую одежду, излишне не утепляется.

- У него хорошее, « солнечное» настроение, спокойный сон. ( дети читают)

**Учитель:** « Послушайте, к чему призывает ребят **Умывальник Мойдодыр**

( **читает ученик** отрывок стихотворения).

*« Давайте же мыться, плескаться,*

*Купаться. нырять, кувыркаться*

*В ушате, корыте, лохани,*

*В реке, ручейке, океане –*

*И в ванне, и в бане.*

*Всегда и везде –*

*Вечная слава воде!»*

**7.Итог занятия:**

- От чего зависит здоровье человека?

- Здоровье человека зависит от его образа жизни.

- Учитель напоминает: « Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. С завтрашнего дня начинайте проводить воздушные ванны. Закаливание начинайте с температуры воздуха +18 С и процедуру выполняйте в течение 3-5 минут, постепенно увеличивая время».

В заключении отгадайте загадки, отгадки помогут вам стать закалёнными:

Вафельное и полосатое,

Гладкое и лохматое,

Всегда под рукою.

Что это такое? (Полотенце)

Дождик тёплый и густой.

Этот дождик не простой.

Он без туч, без облаков,

Целый день идти готов. ( Душ)

Горяча и холодна,

Я всегда тебе нужна.

Позовёшь меня – бегу.

От болезней стерегу. (Вода)

- Какие эмоции от урока испытываете вы? На вершине Успешности отметьте.

Откройте свои дневники и нарисуйте.

Флажки. Капитаны оцените работу ваших групп! Самооценка! Молодцы!

**8. Домашнее задание:** *принимать контрастный душ и воздушное закаливание.* На занятии кружка Я – исследователь « Всё сумею, всё смогу!», мы продолжим долгосрочный проект, выделим промежуточный игровой этап , каждая команда приготовила игру, которую проведёт в ГПД.

**-** Занятие окончено! Благодарю всех за сотрудничество.