**Конспект урока окружающего мира в 1 классе по теме «Ослепительная улыбка на всю жизнь»**

Выполнила:

Рубцова А. М.

учитель нач.классов

МОУ «Гурьевская СОШ»

*Тема урока*: Здоровое питание – здоровые зубы.

*Цели*: 1. Сформировать у детей представление о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов и всего организма, учить понимать значение каждой группы продуктов для здоровья организма и важные принципы питания.

2. Развивать умение рассуждать, логически мыслить, сопоставлять, анализировать.

3. Воспитывать усидчивость, бережное отношение к своему здоровью, соблюдение правил гигиены.

*Тип урока* – сообщение новых знаний.

*Оборудование*: мультимедийная презентация, рисунки зубиков для детей, модель полости рта, зубная щетка.

*Ход урока.*

I. Орг. момент.

II. Повторение ранее изученного.

- Ребята, на прошлом уроке мы говорили о том, как нужно правильно чистить зубы. Кто запомнил эти правила? (К доске выходит ученик, который с помощью модели полости рта и зубной щетки демонстрирует правильную чистку зубов.)

- Правильно ли были почищены зубки? (Мнения детей.)

- Проверим. (Слайд 1)

III. Изучение нового материала.

- А теперь послушайте загадки.

1) Тридцать три веселых друга

Уцепились друг за друга,

Вверх и вниз несутся в спешке,

Хлеб жуют, грызут орешки!

2) Красные двери в пещере моей,

Белые звери стоят у дверей.

И мясо, и хлеб – всю добычу мою

Я с радостью белым зверям отдаю.

- О чем эти загадки? (О зубах)

- Верно. Как здорово, когда зубы здоровы и не болят. А вот если зубы заболели, что же делать? Послушайте стихотворение.

Плохо стало жить мне вдруг –

Разболелся сильно зуб!

Нету мочи никакой,

Надо зуб лечить больной.

Вот уже который день

С болью я брожу, как тень.

Надо б к доктору идти,

Кто поможет мне дойти?

- Ребята, а куда нужно обращаться, чтобы вылечить зубки? (К стоматологу.)

-Верно. Стоматолога посещать нужно не реже 2 раз в год.

Физминутка.

- А от чего могут болеть зубки? (Неправильная чистка, неправильное питание.)

- Правильно. Питание очень сильно влияет на здоровье зубов. А какие продукты вы едите на обед? (Перечисляют.)

-А все ли продукты полезны для зубов? Есть ли вредные? Почему они вредные? (Много содержат сахара, очень твердые, или кислые.)

- Ребята, все верно. Но есть продукты очень полезные для зубов. Все эти продукты можно разделить на 4 группы:

* молочные продукты (Слайд 2) – содержат кальций и жиры,
* мясо и рыба (Слайд 3) – содержат белки и жиры,
* хлеб и крупы (Слайд 4) – углеводы,
* овощи и фрукты (Слайд 5) – витамины и минеральные вещества.

- А как часто нужно кушать? (Не менее 4 раз в день. Но и много тоже вредно.)

- Как вы думаете, раз сыр полезный, то можно ли его есть целый день? (Нет. В рационе должно быть разнообразие.)

- Молодцы. А теперь мы поиграем в игру «Веселый и грустный зубик». У всех вас на парте есть изображения двух зубиков (Слайд 6), грустного и веселого. Я буду вам называть продукты. Если продукт полезен для зубов, вы показываете веселый зубик. Если вреден – грустный.

*Продукты:* чипсы, сыр, молоко, газированная вода, шоколадка, картофель, яблоко, мясная котлета, чупа-чупс, булка, гречневая каша, огурец, лук, конфета.

Физминутка.

- Замечательно справились с заданием. Ну и конечно, нужно не забывать правильно чистить зубы. И тогда белоснежная улыбка вам обеспечена!

- А знаете ли вы 4 секрета экономии воды во время чистки зубов? (Слайд 7). (Обсуждение правил.)

IV. Итог урока.

- Молодцы, ребята, хорошо сегодня поработали. Какие же полезные продукты для зубов вы запомнили? (Ответы детей.)

- Чему вы сегодня научились на уроке?

- И закончить наш урок мне хочется вот таким стихотворением:

Если правильно питаться,

Можно хвори не бояться.

Никогда не ешь все сразу,

Лучше в день – четыре раза!

Чипсы, леденцы, конфеты –

Вкус в них есть, а пользы нету!

Тот, кто сладкое жует –

Создает во рту налет!

Кушай овощи и фрукты –

И молочные продукты.

Витаминов в них гора,

Будь здорова детвора!

- На этом наш урок окончен.