**Урок по окружающему миру по теме: "Режим дня и составляющие здорового образа жизни"**

* [Костенко Елена Александровна](http://festival.1september.ru/authors/103-174-419), *учитель начальных классов*

**Разделы:** [Начальная школа](http://festival.1september.ru/primary-school/), Спорт в школе и здоровье детей

**Тема:** Здоровый образ жизни

**Цель:** Ознакомление обучающихся с правилами здорового образа жизни.

**Задачи:**

* Формировать знания детей о здоровом образе жизни.
* Развивать самостоятельность, речь, память, мышление.
* Воспитывать ответственное отношение к здоровью.

**Оборудование:** мультимедийный проектор, магнитофон, карточки-инструкции, кроссворд, калейдоскоп здоровья, памятки, открытки.

**Содержание урока**

**1. Объявление темы, постановка целей, задач**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Отгадывание загадки:**   |  | | --- | |  |   **2. Изучение материала по новой теме:**   |  |  | | --- | --- | |  |  | |

**3. Выполнение практических заданий:**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |
| --- |
|  |

1. Через нос проходит в грудь и обратный держит путь.  
Он невидимый, и все же без него мы жить не можем.

2. Жесткая щетинка, гладенькая спинка.   
Кто со мной не знается, тот от боли мается.

3. Частый, зубастый, вцепился в чуб вихрастый.

4. Просыпаюсь утром рано вместе с солнышком румяным.   
Заправляю сам кроватку, быстро делаю…………

5. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.  
Дело ясное вполне – пусть помоет руки мне.

6. Льется речка – мы лежим, лед на речке – мы бежим.

7. В морях и реках обитает, но часто по небу летает.  
А наскучит ей летать, на землю падает опять.

8. Сперва, с горы летишь на них,  
А после в гору тянешь их.

9. Светит, сверкает, всех согревает.

10. Две новые кленовые подошвы двухметровые:  
На них поставил две ноги – и по большим снегам беги.

11. Вафельное и полосатое, гладкое и лохматое,  
Всегда под рукою – что это такое?

– Какое ключевое слово у нас получилось? ( ЗАКАЛИВАНИЕ)

– Правильно, на прошлом уроке вы говорили, как правильно закалять свой организм воздухом, водой и солнцем.

– Ребята, а кто может ответить, для чего нужно заниматься закаливанием?

– Как правильно закалять свой организм? *( Ответы детей)*

– Молодцы!

**4. Физкультминутка**

|  |
| --- |
|  |

**5. Подведение итогов, домашнее задание**

|  |
| --- |
|  |