

Урок окружающего мира

2 класс

Тема: "Если хочешь быть здоров. Путешествие по городу Здоровейску"

Цель урока: Формирование представления о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Задачи:

Образовательные:

1. Познакомить детей с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье на долгие годы;
2. Расширить знания учащихся об укреплении своего здоровья;
3. Выделить компоненты здорового состояния человека.

Развивающая:

1. Развивать навыки сохранения здоровья.

Воспитывающая:

1. Воспитывать внимательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Оборудование:

- 1) презентация « Путешествие по городу Здоровейску" ;
- 2) CD «Уроки Кирилла и Мефодия», окружающий мир, 1 класс, «Гигиена», урок № 3, 7.
- 3) CD Фестиваль «Открытый урок», Урок окружающего мира по теме «Путешествие по городу Здоровейску»;
- 4) запись песни «Будьте здоровы»;
- 5) таблички с именами 3 жителей Здоровейска;
- 6) костюмы витаминов (на голове – А, В, С, D, Е; на спине – В, И, ТА, МИ, НЫ);
- 7) иллюстрации: рыбы, редиса, консервированного зелёного горошка, яблок, сливочного масла, лука, сыра, варенья из слив, хлеба, яиц (по 2 картинки); овощи, фрукты, куры, рыба, мясо, молочные продукты, торт, лимонад, пепси-кола, чипсы.
- 8) сердечки с правилами здорового образа жизни.

Ход урока

I. Организационный момент.

Постановка темы урока и проблемного вопроса.

Друзья, внимание – ведь прозвенел звонок.
Садитесь поудобнее – начнём скорей урок.

Здравствуйтесь, дорогие ребята, здравствуйтесь, дорогие гости!

- А чего мы желаем, когда говорим друг другу «здравствуйтесь»?
(желаем здоровья)

- Догадались ли вы, какова тема нашего урока?

(Тема нашего урока «Если хочешь быть здоров») (слайд 1)

Здоровье - это самое ценное, что есть у человека, а значит, его надо беречь.

Но **какие правила нужно соблюдать, чтобы сохранить здоровье?** На этот вопрос мы постараемся ответить в конце урока.

II. Основная часть урока.

Открытие новых знаний.

1) РЕЖИМ ДНЯ.

а) – А для этого готовы ли вы со мной отправиться в путешествие?

Сегодня мы отправляемся в город Здоровейск.

А живут в этом городе: *Пилюлькин-Чистюлькин, Медуница, Физкультурник, Веселый повар* (слайд 2) и их друзья – вы ребята.

Кто чей помощник подскажут таблички на ваших столах.

(Дети разбиты на 3 группы. На стол каждой группы ставлю табличку с именем одного из героев.)

С нами в путешествие отправляется мальчик, его зовут “Ох”.

(слайд 3)

- Какое впечатление на вас произвёл этот мальчик?

Да, такое выражение лица может быть только у больного человека, а Ох хочет стать сильным и здоровым.

- Поможем ему, ребята?

б) Давайте обратимся за советом к Пилюлькину-Чистюлькину

(слайд 4). Он предлагает поговорить о режиме дня.

- А что такое режим дня нам помогут вспомнить друзья доктора.

(дети I группы читают наизусть стихи):

*Чтоб прогнать тоску и лень,
Подниматься каждый день
Нужно ровно в 7 часов.
Ты открой скорей окно,
Сделай лёгкую зарядку,
Убери свою кроватку!
Умываться, завтрак съесть (слайд 5)
А потом за парту сесть! (слайд 6)*

*Но запомните, ребята,
Очень важно это знать,
Идя в школу, на дороге
Вы не вздумайте играть!
На уроках ты сиди и всё тихо слушай
За учителем следи, наостривши уши!
После школы ты обедай и конечно отдыхай. (слайд 7)
Дома маме помогай, гуляй, закаляйся!
За уроки ты садись выполнять задания. (слайд 8)
Всё в порядке, если есть воля и старание.*

*И про ужин не забудь, а потом и отдохнуть.
Вот и ночь опять пришла,
пора мыться и спать ложиться. (слайд 9)
Соблюдаем мы всегда распорядок строго дня:
В час положенный ложимся,
В час положенный встаём,
Нам болезни нипочём!*

Этот режим дня примерный. Он может немного меняться. Самое главное, чтобы в сутки вы спали не менее 9 часов, кушали примерно в одно и то же время 4-5 раз в день, но никак не реже трех раз. Проводили на свежем воздухе около двух часов в день, в зависимости от погоды, чередовали учебу или работу с отдыхом, больше двигались.

- Так что же такое режим дня?

(Режим – это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня. Режим помогает нам сохранить здоровье.)

1) в) Сверим ваши предположения с учебником. Откройте с.10 и прочитайте, что такое режим дня.

2) - *Совершенно верно (читаю по интер. доске слайд...)*

3) г) Рассмотрите иллюстрации на с. 10.

- Обратите внимание, какой режим дня был у мальчика Серёжи. Что делал Серёжа после того, когда проснулся? Что забыл сделать Серёжа?

д) Какое правило надо соблюдать, чтобы сохранить здоровье?
(Правило первое: (слайд 10) **Соблюдай режим дня!**)

2) ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.

а) А ещё Пилюлькин-Чистюлькин советует нам соблюдать личную гигиену.

Личная гигиена – это когда каждый человек содержит своё тело и жильё в чистоте. (слайд 11)

б) Вспомним предметы личной гигиены, отгадав загадки.

(nachalka «Уроки Кирилла и Мефодия» Гигиена. Урок № 3.)

в) Откройте учебник на стр. 12. Выполним задание № 2, 1.

(Дети обсуждают в группе, какие предметы могут быть личными или общими. Читают и заканчивают правила личной гигиены.)

г) В чистоте нужно содержать не только своё тело, но и своё жильё. Выполним следующее задание.

(nachalka «Уроки Кирилла и Мефодия» Гигиена. Урок № 7.)

д) - Какое второе правило надо соблюдать, чтобы сохранить здоровье? (слайд 12)

Чистота – залог здоровья!

Я, думаю, мальчик Ох запомнил правила, которые мы ему рассказали.