Конструкт классного часа

ПМ. 03 Классное руководство

Студентки 36 группы

Шаталовой Вероники Владимировны

***Класс***: 4 «Г»

***Дата:*** 6.11.2015г.

***Учитель***: Попова Т.В.

***Руководитель практики***: Темерева Людмила Петровна **Подпись**:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Тема:*** «Здоровый образ жизни»

***Форма:*** этическая беседа с элементами проектной деятельности

***Планируемый результат:***

 *Личностный*: обучающиеся осознают значение здорового образа жизни

 *Метапредметный*: обучающиеся самостоятельно определяют тему классного часа; планируют свою учебную деятельность совместно с учителем; умеют осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме на каждом этапе классного часа; владеют диалогической речью; знают факторы, положительно влияющие на здоровье; выражают свое стремление к здоровому образу жизни

 *Предметный*: Обучающиеся знают правила здорового образа жизни и применяют их на практике

***Триединая цель:***

*Воспитательная*: Воспитывать у детей стремление к здоровому образу жизни;

*Развивающая*: развивать регулятивные УУД (волевая саморегуляция, планирование, целеполагание), познавательные УУД ( умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме), коммуникативные УУД (владение диалогической речью, умение организовать и осуществить сотрудничество с учителем и сверстниками); Развивать творческие способности детей; познакомить детей с факторами, положительно и негативно влияющими на здоровье

*Образовательная*: расширить знания обучающихся о правилах здорового образа жизни

***Принципы воспитания***: формирование личностного стиля взаимоотношений с педагогом, создание положительного эмоционального подъёма.

***Принципы обучения***: наглядности, доступности, систематичности и последовательности.

***Методы воспитания***: методы формирования социального опыта, мотивации деятельности и поведения (беседа), методы стимулирования и коррекции действий и отношений детей в воспитательном процессе (поощрение и порицание; создание ситуации успеха)

***Методы обучения***: Словесные (рассказ, беседа); наглядные (демонстрация, иллюстрация), методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности (словесные, практические)

***Демонстрационные***: доска, иллюстрации

***Раздаточные***: лист для создания агитационных листовок, иллюстрации, набор канцелярских принадлежностей

***Список литературы:***

 1.ФГОС НОО: текст изм. И доп. На 2011 г. / М – во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2011.

2. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России: Москва «Просвещение» 2009.

3. Л.В. Мищенкова « Уроки нравственности, или что такое хорошо и что такое плохо» методическое пособие,4 класс

4.Курамшина О.Н., Железкина А.М. «Школа оптимизма: внеклассные мероприятия, классные часы» 1–4 классы. – М.: «ВАКО», 2008.

*План:*

1. Организационный момент
2. Мотивационно-целевой этап
3. Основная часть
	1. Работа с пословицами
	2. Друзья и враги здоровья
	3. Сон
	4. Спорт
	5. Закаливание
	6. Правильное питание
	7. Гигиена
	8. Проектная деятельность (создание агитационных листовок)
4. Рефлексия

**Ход классного часа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы деятельности** | **Методы** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей** | **Планируемый результат** |
| **1.Организационный момент.** *Задача: сконцентрировать внимание детей; настроить их на предстоящую деятельность* | Метод формирования ответственности и обязательности (выполнение педагогического требования) | **-** Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! -Давайте друг другу подарим улыбки и сохраним их у себя до конца классного часа!  | Выполняют педагогическое требование | Внимание детей собрано ; ребята настроились на предстоящую деятельность |
| **2.Мотивационно-целевой.***Задача: развить у обучающихся интерес к теме классного часа; совместно с учителем выделить цель и тему классного часа* | Метод развития познавательного интереса (формирование готовности к восприятию) | - Я говорю вам здравствуйте, а это значит, что я желаю вам здоровья- Как вы думаете, почему в приветствии заложено желать друг другу здоровья? (ответы ребят) -Ребята, вы уже догадались какая сегодня тема классного часа?- Верно! Сегодняшнее занятие, ребята, посвящено теме здоровья.- Как вы считаете, какова будет цель нашего занятия?  | Отвечают на вопрос, поставленный учителем; выполняют задание предложенное учителем; самостоятельно , с помощью наводящих вопросов определяют тему, цель классного часа | Личностные УУД:Личностное самоопределение;Познавательные УУД: целеполагание, волевая саморегуляция; |
| **3. Основная часть** *Задача: познакомить детей с факторами, положительно влияющими на здоровье человека, воспитать стремление к здоровому образу жизни* | Метод эмоционального стимулирование (создание ситуации успеха, поощрение);  | - «Будьте здоровы!» -мы произносим эту фразу , когда желаем здоровья, ведь здоровье – это самое ценное, что есть у человека, это то, что не купишь ни на какие деньги. Здоровому все здорово –есть такая поговорка, а больному и мед не вкусен.  | Обучающиеся внимательно слушают и понимают речь учителя | Познавательные УУД: логические (построение логических цепей рассуждения); общеучебные (поиск и выделение информации) |
| **3.1. Работа с пословицами***Задача: развивать мышление, умение анализировать и объяснять**смысл пословиц* | Словесный метод (беседа); метод эмоционального стимулирования (поощрение)  | - А вот еще есть две пословицы, которые народ сложил о значении здоровья, но, к сожалению, они перепутались. - Ребята, кто желает выйти к доске, и отделить одну пословицу от другой?(на доске слова: здоровье, здоровью, нет, богатства, цены, дороже. Ребята составляют пословицы: Здоровье дороже богатства. Здоровью нет цены.)- А как вы понимаете смысл первой пословицы? - Смысл второй пословицы? - Молодцы ребята! Вы достаточно правильно говорите о смысле пословицах!  | Обучающиеся выполняют задание предложенное учителем, выходят к доске, самостоятельно составляют пословицы |  |
| **3.2. Друзья и враги здоровья***Задача: организовать работу по цепочке, обогащать знания обучающихся о факторах здоровья*  | Методы развития познавательного интереса (стимулирование занимательным содержанием)Методы организации взаимодействий и накопления социального опыта (временная работа в группах) | - Ребята, у здоровья есть друзья и враги. А кто- есть кто, попробуйте догадаться. На доске вы видите две категории: друзья здоровья и враги здоровья. Если вы считаете данный фактор другом здоровья, переместите его в соответствующий дом, если врагом- переместите в домик, где живут враги здоровья. - Всем понятно, что нужно делать? - Работать будем по цепочке. | Обучающиеся выполняют задание предложенное учителем; отвечают на вопросы | Познавательные УУД: логические (выбор оснований и критериев для сравнивания, классификации объектов) |
| **3.3. Сон***Задача: актуализировать знания о сне, как о незаменимом атрибуте здорового образа жизни;*  | Методы получения новых знаний (рассказ, беседа) Метод развития познавательного интереса (стимулирование занимательным содержанием); метод выработки учебных умений и накопления опыта (упражнение); Временная работа в группах  | - Поговорим о некоторых друзьях здоровья. Начнем с такого понятия как крепкий сон. Возможно, вы уже заметили, что если ночью не выспишься, то на уроках бываешь рассеянным, невнимательным, туго соображаешь. От недосыпа даже желудок начинает плохо работать. Ребенок, который не выспался, теряет аппетит. Выполнять домашнее задание в таком состоянии тоже очень трудно. - Помните: детям нужно много спать, чтобы восстановить затраченную за день энергию. Учащимся начальной школы рекомендуется спать не менее десяти часов в сутки. А что бы сон был крепким и здоровым, нужно ложиться спать в одно и то же время, не наедаться на ночь, не смотреть перед сном «ужастики», проветривать комнату перед сном.- А теперь я вам раздам стихотворение стихотворение М. Сёмкиной «Сон». Только вот беда – некоторые слова «вылетели» из стихотворения и перемешались. Я предлагаю вам восстановить стихотворение, используя слова в низу листа. За окном метель кружится,Дети спят уже давно.Что же им сейчас приснится,Сколько нежных, теплых снов?Может быть, коньки и санки,Горка снежная, катокСнятся озорному Саньке,Кате- шёлковый платокМожет, кот, собака, мышкиСнятся голуби в окошкеЗа окном метель кружится,Над детьми кружатся сны.Мы не знаем, что им снится,Пусть будут добрыми они.- Давайте проверим, что у нас получилось | Обучающиеся внимательно слушают учителя; работают со стихотворением  | Познавательные УУД: логические (построение логической цепи рассуждений, выдвижение гипотез и их обоснование)Регулятивные УУД: волевая саморегуляция |
| **3.4. Спорт** *Задача: актуализировать знания обучающихся о спорте, как о незаменимом составляющем здорового образа жизни, воспитывать понимание важности спорта в жизни каждого человека*  | Метод эмоционального стимулирования, словесный метод  | - Ребята, какие же вы молодцы! - А теперь поговорим о понятиях, тесно связанных между собой, - свежем воздухе, двигательной активности и закаливании. - Для начала давайте отгадаем загадки:  1. Обувка на стальном ходуЗимой катает нас по льду (коньки)2. Два колеса, сидушка, руль,Багажник, цепь, педали.Кто сядет на него верхомТот покорит все дали (велосипед)3.Сел, коня не запрягал,С горки конь меня помчал.С горы Коняшка вез меня,На горку я тащу коня (Санки)4.Деревянные гонцы,Словно братья-близнецы! На лыжне вдвоем всегда!Друг без друга никуда! (лыжи) - Ребята, скажите пожалуйста, что общего у слов-отгадок? (они обозначают спортивный инвентарь) - Совершенно верно, слова отгадки обозначают спортивный инвентарь!-Ребята из нашего класса подготовили рассказ о некоторых видах спорта, которые их привлекают, давайте дадим им слово!  | Обучающиеся слушают учителя, активно отгадывают предложенные загадки, представляют свои рассказы, подготовленные заранее. | Познавательные УУД: логические (анализ с целью выведения признаков, выдвижение гипотез и их обоснование)Регулятивные УУД: оценка |
| **3.5. Закаливание** *Задача: обогащать знания обучающихся о закаливании; воспитывать бережное отношение к здоровью и здоровому образу жизни* | Метод развития познавательного интереса (занимательное содержание) ; словесный метод | -Спорт помогает нам сделать наше пребывание на свежем воздухе интересным и полезным, закаливать организм. - Существует три главных правила закаливания: 1. Одеваться по погоде2. Делать зарядку ежедневно, заниматься физкультурой или спортом3. Обтираться влажным полотенцем или принимать прохладный душ- Подружившись со свежим воздухом, двигательной активностью и закаливанием, вы станете ловкими, бодрыми, жизнерадостными.  | Обучающиеся внимательно слушают учителя,  | Регулятивные УУД: волевая саморегуляцияПознавательные УУД:Логические (выведение следствий) |
| **3.6. Правильное питание***Задача:**Сформировать* *представления детей о правильном питании. Воспитывать бережное отношение к здоровому образ жизни*  | Метод эмоционального стимулирования (поощрение) ; Метод развития познавательного интереса (создание ситуации поиска) | - Неотъемлемой составляющей здоровья является правильное питание. - Ребята, как вы думаете, в чем заключается правильное питание? - Правильное питание-питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. - Как вы думаете, что входит в правильное питание? - Перед вами расположены составляющие правильного питания, ваша задача – оставить только то, что действительно относится к правильному питанию. (на доске такие составляющие как: каша, кофе, молоко, кефир, банан, «Лимонад», чипсы, груша, яблоко, пирожное, шашлык, свёкла, огурец, виноград, копченая колбаса, майонез, полуфабрикаты, сахарная вата).-Молодцы, ребята!- Ребята, а как вы думаете, почему именно эти продукты относятся к правильному питанию? (отвечают)-А почему эти продукты вы отнесли к не правильному питанию? (отвечают)- Скажите, почему важно питаться правильно? -Очень важно, чтобы человек питался не только по режиму, но и получал все необходимые компоненты для роста и развития организма, для отличного настроения.- Как вы думаете, какие это компоненты?Чтобы вырасти красивым,В пище должен быть белок.Он в яйце, конечно, есть,В твороге его не счесть.В молоке и в мясе тожеЕсть он, и тебе поможет.-Белки - основа жизни человека, это своеобразные кирпичики, строительный материал для клеток.- Вспомните, из чего создается цыпленок в яйце? Верно, из белка! -Человеческие клетки тоже состоят из белка, и благодаря этому человек растет, становится работоспособным, организм не поддаётся никаким болезням, может им сопротивляться. Длительное белковое голодание вызывает слабость и глубокие расстройства. Человеку в среднем требуется ежедневно 100г. белка, а при больших нагрузках – 150г.- Есть продукты, в которых много белка, есть – с меньшим его количеством. -Белка много в мясе, рыбе, орехах, сыре, твороге, бобах. Белки, действительно, своеобразные кирпичики. Но, чтобы построить дом, человеку нужен цемент – кальций. Иначе все клетки рассыплются, как кирпичи без цемента. Употребляйте больше молочных продуктов.- Основным источником энергии, строительным материалом для мозга и нервной системы, источником прекрасного настроения служат жиры.Жир, что в пище мы едим, очень нам необходим,Сохранит температуру, повлияет на фигуру,Защитит от холодов, шубой нам служить готов.- Жиры находятся в сливочном и растительном масле, в орехах, сметане. Жир – это продовольственный и топливный склад на черный день. На случай болезни или голода. Когда начальник начинает голодать, желудок в панике телефонирует своему начальнику – Мозгу: «Караул, помогите! Еды нет. Что делать? Мозг приказывает: «Ешьте сами себя!» И вот тогда из всех амбаров и складов, и погребов начинают поступать запасы продовольствия и топлива. Тянуться длинные обозы с мешками запасов – углеводов и особенно жиров. Пустеют склады, худеет человек, да так, что остаются одни кожа да кости. И нет больше сил двигаться, и даже говорить. Только самые главные: Мозг и Сердце, не падают духом. Пока есть хоть капелька топлива, они мужественно работают до конца. Поэтому жир нам просто необходим.- Мышечную деятельность содержат в порядке углеводы.Фрукты, овощи и крупы-Удивительная группа,Нам в тепло и непогодуПоставляют углеводы,Нам клетчатку посылают,Витамины добавляютИ энергией питают.- На нашем пищеварительном конвейере углеводы получают из сахара, различных круп, хлеба, овощей, фруктов, ягод и варенья.- Как вы думаете, какие еще нужны компоненты, кроме белков, жиров и углеводов, чтобы наш организм был здоровым?- Витамины - органические вещества, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма. Они играют огромную роль в правильном питании. Послушайте, что они говорят о себе:Мы витамины, мы работники,Средь нас таблеток горьких – нет, как нет,Здоровью вашему помощники,Мы всем ребятам шлем привет.Ищите нас в салатах, ягодах,В компотах, соках, овощах, да-да!Вы подрастайте, детки, крепкимиИ не болейте никогда! Никогда!- Ребята, витамины дают нам один важный совет: «Каждый день съедайте по 5 порций свежих овощей и фруктов и будете здоровы!»- Теперь вы знаете, что все наши сто триллионов клеток очень разборчивы и ничего не желают есть, кроме …. (ответы детей).- Совершенно верно: белков, жиров, углеводов. Но это еще и витамины, минеральные соли, которые необходимы, чтобы расщеплять белки, жиры и углеводы, делая их съедобными для клеток. Только при таком питании может быть обеспечено нормальное развитие нашего организма.- Мы часто употребляем в пищу то, что вкусно, что можно быстро приготовить, и не очень задумываемся о полезности и доброкачественности употребляемых продуктов.-Ребята, а есть ли среди вас такие, кто не соблюдает правильное питание?  | Обучающиеся отвечают на вопросы, поставленные учителем, аргументируют свой ответ, работают у доски по желанию | Познавательные УУД: общеучебные- умение структурировать знания; умение осознанно и грамотно ставить речевое высказывание в устной форме,  |
| **3.7. Гигиена***Задача:* *воспитывать понимание важности соблюдения личной гигиены* | Метод эмоционального стимулирования (поощрение); Метод развития познавательного интереса (стимулиорвание занимательным содержанием) | - Еще одним важным понятием, сопутствующим здоровью, является чистота. В чистоте нужно содержать все: руки, ноги, лицо, уши, зубы, а также одежду и обувь. «Чисто жить-здоровым быть» , «Кто аккуратен- тот людям приятен»,- и на эту тему в народе есть поговорки.- Болезнетворные микробы, поселившись на ваших грязных руках, равно как и на других частях тела, непременно постараются попасть внутрь вашего организма, и вызвать какое-нибудь заболевание – серьезное (например, желтуху) или не очень серьезное (тошноту, колики в животе). - Этих неприятностей можно избежать, если соблюдать личную гигиену, то есть чистоту. - На доске вы видите строчки букв. -Среди букв каждой строчки найдите «спрятавшиеся» слова, обозначающие предметы личной гигиены. - Ребята, все поняли задание? - Кто желает выйти в доске и среди букв найти предметы личной гигиены? - А почему вы решили, что это предметы личной гигиены? - Давайте дополним предложение : Это предметы личной гигиены, потому что…- Молодцы ребята! | Обучающиеся слушают педагога, выполняют задание, предложенное учителем, из строчки букв находят слова, относящиеся к предметам личной гигиены, отвечают на вопросы учителя, активно вступают в диалог | Личностные УУД: самоопределениеРегулятивные УУД: волевая саморегуляцияПознавательные УУД:умение осознанно и грамотно ставить речевое высказывание в устной форме,  |
| **3.8. Проектная деятельность –создание агитационных листовок***Задача: побудить обучающихся на создание агитационных листовок для разных категорий людей; воспитывать понимание важности соблюдения здорового образа жизни* | Метод развития психических функций, творческих способностей, личностных качеств детей (творческое задание, создание креативного поля); Метод организации взаимодействия и накопления социального опыта (временная работа в группах) | - Ребята, мы с вами знаем о том, как важно здоровье. А как вы думаете, всегда ли взрослые люди и дети соблюдают правила здорового образа жизни?-Как вы думаете, а что мы с вами можем сделать, чтобы и другие люди знали о правилах здорового образа жизни? -Все правильно, надо рассказать детям, взрослым, пожилым людям,-Ребята, я предлагаю вам создать агитационные листовки, с помощью которых можно рассказать о здоровом образе жизни для всех тех, для кого важно здоровье, т.е. для всех категорий людей, но для того что бы приступить к созданию листовок, мы с вами разделимся на группы-Я буду подходить к вам, а вы будите брать из коробочки по 1 жетону.- Если ваш жетон желтого цвета- вы ребята из 1-ой команды, если ваш жетон зеленого цвета- ваша команда вторая, если ваш жетон красного цвета- ваша команда третья, если же ваш жетон голубого цвета- ваша команда четвертая, а если белого – то вы команда под номером пять.- Ребята, мы с вами не зря распределились на команды, потому что мы сейчас с вами будем изготавливать агитационные листовки. -Вы знаете, что такое агитационные листовки? (определение и пример будут висеть на доске)- Каждой команде нужно выбрать представителя, который выберет тему вашей агитационной листовки.- И так, прошу представителей от команды выйти и получить материал для изготовления листовок. - Ребята, у кого уже готовы агитационные листовки, я прошу вас выйти, и представить ее, назвать тему листовки, и то что вы на ней разместили.  | Обучающиеся отвечают на вопросы учителя, активно вступают в диалог,Обучающиеся с помощью жеребьёвки делятся на группы, договорившись и распределив обязанности между собой, изготавливают агитационные листовки  | Коммуникативные УУД (планирование сотрудничества со сверстниками, управление поведением партнера – контроль, коррекция, оценка действий партнераПознавательные УУД: общеучебные (моделирование –преобразование объекта, умения структурировать знания) Познавательные УУД:умение осознанно и грамотно ставить речевое высказывание в устной форме,  |
| **4. Рефлексия** *Задача: самооценка результатов деятельности* | Словесный метод (беседа); Метод стимулирования (поощрение) | - Наш классный час подходит к концу.- Сегодня мне понравилось с вами работать , вы были активны, внимательны, доброжелательны, у вас получились оригинальные и красивые листовки- Закончите фразу: «Сегодня я узнал…» «Сегодня у меня возникли трудности в …»- Спасибо вам за классный час. До скорой встречи! | Обучающиеся подводят итоги классного часа совместно с учителем, заканчивают фразу «Сегодня я узнал, сегодня мне понравилось…» | Коммуникативные УУДумение осознанно и грамотно ставить речевое высказывание в устной форме  |