Учитель: Коновалова Ирина Александровна, учитель начальных классов МБОУ «СОШ № 32 с углубленным изучением отдельных предметов» Энгельсского муниципального района Саратовской области

Предмет: Окружающий мир

Класс: 1 класс

Тема. Если хочешь быть здоров, закаляйся!

Цель: Знакомство с видами и правилами закаливания..

Задачи:

Образовательные: познакомить с понятием закаливание, с методами закаливания.

Развивающие: развивать внимание, наблюдательность, умение анализировать полученную информацию, делать выводы, обобщать материал, развивать устную речь учащихся.

Воспитательные: формировать умение работать в паре, в группе, индивидуально, познавательный интерес к предмету.

Тип урока: урок открытия нового знания (ОНЗ)

Методы обучения:

* проблемный
* словесный
* наглядно-иллюстративный
* практический

Формы организации познавательной деятельности обучающихся:

* фронтальная
* работа в группе
* работа в паре
* индивидуальная

**Средства обучения:**

* у учителя: презентация к уроку в программе PowerPoint
* у учащихся: Н.Ф.Виноградова Окружающий мир. Учебник для 1 класса общеобразовательных организаций часть 2, Москва Издательский центр «Вентана-Граф» 2013,
* Н.Ф.Виноградова Окружающий мир. Рабочая тетрадь к учебнику для 1 класса общеобразовательных организаций часть 2, Москва Издательский центр «Вентана-Граф» 2014.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **Формируемые**  **УУД** |
| 1. **Самоопределение к учебной деятельности** (психологический настрой на урок) | Влево, вправо повернитесь  И друг другу улыбнитесь.  Мы с хорошим настроеньем  Возьмёмся за ученье.  -А теперь прочтём девиз «Успеваек»,который должен сопровождать весь наш день:  Поздоровайтесь с нашими гостями.  Как выдумаете , что обозначает слово здравствуйте?  Говорить друг другу здравствуйте — это значит, желать здоровья. Это самое ценное, что есть у человека, а значит, здоровье надо беречь и укреплять.  - Давайте разберёмся что такое здоровье?  -Закончите фразу «Здоровье – это … ( ответы детей ) | *Настраиваются на урок.*  Дети: «Делай всё скорее сам, не смотри по сторонам,  Делом занимайся, а не отвлекайся!»  Дети заканчивают фразу. | ЛичностныеУУД  формирование личного, эмоционального отношения к себе и окружающим;  самоопределение, готовность и способность обучающихся к саморазвитию |
| 1. **Актуализация и фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии** | Работа над понятиями здоровье, признаки здорового человека.  1)Игра «Узнай здорового человека»  Работа в парах и у доски  -Можете ли вы отличить больного человека от здорового? Проведите стрелочки к смайликам, характеризующие здорового и больного  стройный  сильный бледный румяный  вялый  Какой же он здоровый человек?  -Что вам помогло справиться с заданием? ( знание признаков больного и здорового человека)  -Оцените себя **по алгоритму самооценки**.   * Какое было задание? * Выполнил задание или нет? * Выполнил с ошибкой или без? * Самостоятельно или с чьей-то помощью? |  | *Регулятивные:*  Формирование индивидуального затруднения в пробном действии, умение концентрировать свое внимание, сосредоточиться, ориентироваться в своей системе знаний  *Коммуникативные:*  осознанное и произвольное построение речевого высказывания, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  *Коммуникативные*  планирование учебного сотрудничества  при работе со сверстниками в паре и группе |
| 3. **Выявление места и причины затруднения** | -Всем известно, всем понятно,  Что здоровым быть приятно.  Только надо знать:  Как здоровым стать?  Давайте сделаем зарядку!  **Физминутка «Закаляйся»**  А что нужно ещё делать, чтобы быть здоровым , как вы поняли из песни?  -Определите тему нашего урока словами из песни? | делать зарядку | *Коммуникативные:*  осознанное и произвольное построение речевого высказывания, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли |
| **4.Построение проекта выхода из затруднения** | — Что же вы должны сегодня узнать? Поставьте перед собой цель.  -Что нам поможет достичь цели?  -Составим план:  1.Виды закаливания.  2.Правила закаливания.  *Согласованный план фиксируется на доске.* | -Какие виды закаливания существуют?  - Познакомиться с правилами закаливания.  -План, по которому мы будем действовать. | *Регулятивные:*  планирование деятельности, целеполагание  *Коммуникативные:*  осознанное и произвольное построение речевого высказывания, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли |
| **5.Реализация построенного проекта** | -Сегодня на уроке у нас присутствуют три доктора и их помощники. Кто же это?  Мною можно умываться  Я умею проливаться,  Я в кранах живу всегда  Ну ,конечно, я доктор (вода)  - Послушайте стихотворение о том, что делает по утрам девочка Алёна.  Обыгрывание движениями стихотворения.  Воду в тазик я налью,  Мама мягкой рукавицей  Оботрёт меня водицей,  Спину, руки, шею, грудь.  Скажет мне: “Здоровой будь!” (имитация обтирания)  -Что же делает девочка?  Доктор Вода. Можно обтираться специальной махровой рукавичкой. Для этого в таз наливают прохладную воду смочив рукавицу в воде, обтирают плечи, руки, ноги, шею и грудь. Это очень полезная процедура: к коже приливает кровь, кожа слегка краснеет, улучшается кровообращение. Вы сразу чувствуете себя бодрыми и весёлыми. После обтирания нужно насухо растереть кожу махровым полотенцем.  (На доске - обтирание)  -А можно начать утро по-другому: Об этом нам расскажут помощницы доктора- капельки  Утром я едва проснусь -  Сразу в душе обольюсь.  Он поёт, журчит, звенит -  Веселит он и бодрит.  И ленивый, сладкий сон  Струйками прогонит он!  -Ребята, кто из вас принимает по утрам душ?  Расскажите, как вы это делаете? Какую воду выбираете: тёплую или прохладную?  Принимаете ли вы душ каждое утро? (ответы детей)  Капелька2Обливание следует начинать с тёплого душа, постепенно снижая температуру воды на 1 градус каждые два-три дня пока она не станет прохладной  (На доске - обливание прохладной водой)  Капелька3:  - Одна из замечательных закаливающих процедур - мытьё ног прохладной водой. Особенно приятно и полезно мыть ноги на ночь – во-первых, смоете с ног пот и грязь, а во-вторых, будете крепче спать. Ведь мытьё ног на ночь благоприятно действует на сон!  (На доске - мытьё ног на ночь.)  - Слово следующему доктору  Я весь мир обогреваю  И усталости не знаю  Улыбаюсь я в оконце  И зовут меня доктор(Солнце)  Доктор Солнце тоже пришёл со своими помощником ,это лучик  Послушайте стихотворение о чём оно?  К речке быстро мы спустились,  Наклонились и умылись.  Раз, два, три, четыре –  Вот как славно освежились.  А теперь поплыли дружно.  Делать так руками нужно: (показать движения)  Вышли на берег крутой, отряхнулись и домой.  - Ребята, как вы думаете, когда мы купаемся летом в реке или на озере, что происходит с нашим организмом? (ответы детей: наш организм закаляется)  (Вывешиваются слова: купание в открытых водоёмах)  Доктор Солнце даёт советы  После купания можно принимать солнечные ванны.  На солнце проводят сначала 10-15 минут(обязательно с покрытой головой), чтобы организм привык к солнечным лучам. Затем можно быть на солнце более продолжительное время.  (Вывешиваются слова: пребывание на солнце 10-15 минут)  -Слово следующему доктору  Я вам нужен для того ,чтобы сделать вдох и выдох  Что же я за доктор? (воздух)  Гулять на свежем воздухе. *в первую очередь, прогулки помогают правильно работать всем системам организма, и более того, головному мозгу ,*прогулки и игры на свежем воздухе закаляют, делают человека сильным, ловким.  Показ слайда (уч.стр.62)  Рассмотри рисунки . Назови эти виды спорта.  Какие другие виды спорта ты знаешь?  -Занятия спортом могут закалять организм человека?  (Вывешиваются слова: занятия спортом)  Вывод- Посмотрите на доску: о каких видах закаливания мы говорили?  Однако закаливание не будет закаливанием, если не выполняются три правила:  Правило первое:  Если хочешь быть здоровым,  Прогони подальше лень.  Если начал закаляться,  Закаляйся каждый день.  - Каким должно быть закаливание?  (Закаливание должно быть ежедневным, постоянным. Делать водные процедуры нужно каждый день, без пропусков. Для этого нужна хорошая сила воли.)  Второе правило:  Вышел сразу на мороз –  Весь до косточек промёрз.  Закаляйся постепенно.  Это для здоровья ценно.  -Можно ли сразу выбегать на мороз или лучше постепенно?  (Закаливание должно быть постепенным, лучше начинать с воздушных процедур: умываться и делать зарядку при комнатной температуре в течение 15-20 минут. Следить, чтобы на коже не появлялись “пупырышки”, надо сразу одеться.  Третье правило:  Если закаляться - в радость,  Вам простуда – не подружка.  Вы здоровье берегите.  Это, дети, не игрушка.  Физминутка для всех частей тела. | Футбол, хоккей, велоспорт, | *Познавательные:*  на основе анализа объектов делать выводы, умение обобщать, умение извлекать информацию из текста.  *Коммуникативные:*  умение слушать и понимать других; умение строить речевое высказывание в соответствии с поставленными задачами |
| 6. **Первичное закрепление с проговариванием во внешней речи** | Работа по учебнику( в парах). Рассмотрите картинки. Расскажите друг другу , как дети закаляются | Стр.61 | *Познавательные:*  умение выявлять сущность, особенности объектов, находить ответы на вопросы, используя знания, полученные на уроке  *Регулятивные:*  умение оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей  *Коммуникативные:*  формулирование и аргументация своего мнения |
| **7.Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону** | Работа в рабочей тетради- стр.67  Не только люди любят заниматься спортом , но и животные.  -Определите . кто во что играет?  Проверка- слайд | Дети самостоятельно работают в тетрадях. | *Познавательные:*  умение выявлять сущность, особенности объектов, находить ответы на вопросы, используя знания, полученные на уроке  *Регулятивные:*  умение оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей |
| **8.Включение в систему знаний и повторения** | Работа в группах  Вспомнить правила работы в группе.  Откройте красный конверт.  Послушайте задание:  Вставить пропущенные слова и показать один вид закаливания.  Мытьё…… ног на ночь.  ……….. в реке, озере.  ………….. на свежем воздухе.  Самостоятельная работа  Откройте синий конверт.  Работа в группе.  -собери пословицу.  1. Крепкое сердце у того, кто его укрепляет.  2.Знай и помни об одном – свежий воздух полезен перед сном.  3.Ледяная вода- для всякой хвори беда.  4. Закалишься -от болезни отстранишься. | **Правила работы в группе:**  **1.**В группе должен быть ответственный  2. Работать должен каждый на общий результат  3. Один говорит, другие слушают  4.Свое мнение высказывай вежливо  Если не понял, переспроси  Ответственный дает самооценку работы в группе.  **Алгоритм самооценки**  **-**У нашей группы было задание: вставить пропущенные слова  - дети складывают пословицу. | *Познавательные:*  анализ объектов; умение выявлять сущность, особенности объектов; добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя знания, полученные на уроке и свой жизненный опыт.  *Коммуникативные*  планирование учебного сотрудничества  при работе со сверстниками в паре и группе  *Коммуникативные:*  осознанное и произвольное построение речевого высказывания, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли |
| **9.Рефлексия учебной деятельности на уроке** | - Урок наш заканчивается, подведем итоги. Какую цель ставили на уроке?  - Вы достигли цели?  - Докажите, что цель вами достигнута!  ***Продолжите фразу:***  *Сегодня я узнал...*  *Я научился...*  *Мне было легко...*  *Мне было трудно...*  - Оцените себя как участника открытия нового знания  **Красный квадратик** : я всё понял, не было ошибок, могу рассказать другим  **Зелёный квадратик**: я понял, но были ошибки  **Голубой квадратик**: я не понял, были ошибки.  На прощание доктора дадут нам рецепты здорового образа жизни. |  | *Личностные:*  Самооценка на основе критерия успешности; адекватное понимание причин успеха/неуспеха в учебной деятельности  *Регулятивные:*  умение оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей; умение осуществлять познавательную и личностную рефлексию  *Коммуникативные:*  осознанное и произвольное построение речевого высказывания, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли |