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 повернитесьИ друг другу улыбнитесь.Мы с хорошим настроеньемВозьмёмся 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. | ЛичностныеУУДформирование 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 больногостройный 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 сотрудничествапри 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 умыватьсяЯ умею проливаться,Я в кранах живу всегдаНу ,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- капелькиУтром 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 обогреваюИ усталости не знаюУлыбаюсь я в оконцеИ зовут меня доктор(Солнце)Доктор Солнце тоже пришёл со своими помощником ,это лучикПослушайте 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 советыПосле 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 докторуЯ вам нужен для того ,чтобы сделать вдох и выдохЧто 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.67Не 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 группахВспомнить 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 работаОткройте 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 ответственный2. Работать должен каждый на общий результат3. Один говорит, другие слушают4.Свое мнение высказывай вежливоЕсли не понял, переспросиОтветственный 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 сотрудничествапри 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 |