

Тема: «Здоровье зимой»

Задачи:

- знать способы сохранения и укрепления здоровья зимой; правила безопасности при катании на лыжах, санках, коньках, играх во дворе; правила выбора одежды и обуви для игр и прогулок в зимнее время;
- объяснить необходимость выполнять правила сохранения и укрепления здоровья зимой, правила безопасного поведения на улице в зимнее время;
- способствовать осознанию учащимися практической и личностной значимости учебного материала;
- содействовать развитию познавательных процессов: внимания, воображения, памяти, восприятия;
- создать условия для воспитания основ здорового образа жизни;

Ход урока

I. Организационно-психологический этап

II. Этап актуализации знаний

Приём «Удивления»

1) - Сегодня по дороге в школу, мне на варежку опустилась снежинка. Когда на нее упал луч солнца, я увидела, что она очень красивая. Мне так захотелось, чтобы и вы тоже смогли полюбоваться ее красотой.

- Ребята, у нас сегодня необычный урок. На протяжении всего урока мы будем работать.

- У каждого на парте лежит снежинка, она будет помогать вам оценивать свою работу. После каждого совместного задания, вам нужно будет оценить на её лучиках уровень выполнения задания.

2) - Ребята, какая сейчас пора года? (Зима)

Создание «Ситуации успеха»

- Проверим, что вы о ней знаете.

Создание «Ситуации разрыва»

- Молодцы, а картинка связана с темой урока?

(Выслушиваю ответы. Зимой на улице морозно, холодно, поэтому необходимо утеплять руки и правильно одеваться)

3) - Правильно, ребята, картинка помогла определить тему нашего сегодняшнего урока. (Забота человека о своём здоровье зимой)

- Откроем учебники на стр. и посмотрим, на какие вопросы нам сегодня предстоит найти ответы.

- Опираясь на вопросы поставим цель урока.

Цель:

Знать:

- как люди заботятся о своём здоровье зимой; как выбрать одежду и обувь для зимы, правила безопасного поведения зимой, во время зимних развлечений.

Уметь:

- Подумайте, почему важно об этом знать?

III. Этап изучения нового материала

1) - Ребята, чем полезна для здоровья зима? (чистый свежий воздух, активный образ жизни)

- Рассмотрим изображения на стр. учебника. Какими видами спорта занимаются дети? (Санки, лыжи, коньки) А в какие игры играют? (Снежки) Как вы думаете всегда ли безопасны зимние игры? Почему?

Гимнастика для глаз

А) Правила безопасности при катании на коньках, санках, лыжах.

-Разберем основные правила безопасного поведения во время занятия зимними видами спорта:

Санки, лыжи: 1) не катайся на санках или лыжах вблизи дороги; 2) води себя на горке аккуратно и дисциплинированно, не толкайся; 3) соблюдай очередность спусков, чтобы не скатиться на других детей; поднимайся под горку в стороне от того места, где с неё скатываются другие дети; (слайд №8)

Коньки: 1) перед посещением катка необходимо проверить исправность коньков; 2) выходи на лёд только в сопровождении взрослых; 3) если неуверенно катаешься, пользуйся защитой; 4) соблюдай скоростной режим и дистанцию; (слайд №9)

Опыт

2) - Ребята, обратите внимание на стаканчики с водой, которые стоят у меня на столе. Если мы посмотрим ближе, то увидим, что верхняя часть воды превратилась в лёд. Сейчас я возьму гирию и опущу её на лёд, что мы с вами видим? (Лёд проломился, и гирия опустилась на дно) Какой вывод мы можем сделать из увиденного? Чем опасен лёд? Можно ли играть на льду водоёмов?

3) *Снежки:* 1) нельзя бросаться большими глыбами снега; 2) нельзя бросать снежки в лицо; 3) нельзя вместо снежка использовать ледышки или обливать водой и замораживать снежки; (Слайд №10)

4) - Ребята, те правила, которые мы с вами обсудили являются очень важными. Вам необходимо их запомнить и никогда не нарушать, а помогут нам в этом конверты, которые находятся у вас на партах. (Каждая группа получает конверт с заданием. В конверте находятся карточка с изображением зимнего вида спорта и игр, и иллюстрации с изображением занятия зимними видами спорта с соблюдением правил безопасного поведения и с нарушением правил безопасного поведения. 1-я группа – карточка с изображением коньков, 2-я – саней, 3 – лыж, 4 - снежков). Каждой группе необходимо выбрать из всех иллюстраций только те, на которых изображены занятия своим видом спорта с соблюдением правил безопасного поведения и приклеить их на свою карточку, создав свою интеллект-карту. На это дается 5 минут.

- И так, ребята, проверим, какие карты у вас получились. (1 представитель от группы выходит к доске, показывает свою карту и проговаривает правила) (На слайде иллюстрирую правильный вариант) (слайд №11) (Оценивают на лучике №2 свою работу)

IV. Этап первичного усвоения знаний

- Ребята, какая одежда нам с вами поможет в зимнюю пору выйти на улицу?

Физкультминутка

V. Этап закрепления полученных знаний

В) Правила безопасного поведения в зимний период

- Где становится особенно опасно зимой? (На дорогах, тротуарах, водоёмах)

- Ребята, что создаёт зимой дополнительные опасности? (мороз, снег, лёд)
Обратим внимание на стр. .

- Чем опасен снегопад на дорогах? Как надо переходить улицу в снегопад?

- Чем опасна скользкая дорога? Что люди делают, чтобы не было скользко? Можно ли гулять на улице в сильный мороз? Почему? (Нет. Можно замёрзнуть, получить обморожение)

- При обморожении кожа вначале бледнеет, становится нечувствительной, затем припухает, краснеет, происходит омертвление тканей.

- Какие правила нужно соблюдать зимой, чтобы не простудиться? (не лежать на снегу, не находиться на улице в мокрой одежде, одежда должна быть удобной для игр на улице в зимнее время)

- А вы соблюдаете эти правила?

VI. Этап контроля знаний

Тест 1. Раскрась, чем ты будешь заниматься на улице в погожий зимний день.



Тест 2. Помоги малышку. В какой одежде и обуви можно выйти на улицу в сильный мороз? Соедини нужное стрелками.



Тест 3. Вычеркни занятие, не являющееся зимним видом закаливания.



Тест 4. Обведи рисунок закаленного школьника.



Тест 5. Прочти слова:

ГРИПП АНГИНА ЗАКАЛИВАНИЕ

Зачеркни названия простудных заболеваний.

- Наша снежинка решила проверить, какими

внимательными вы были сегодня на уроке, как запомнили основные правила и подготовила для вас задание.

- Ребята, что осталось непонятым?

- Что вызвало затруднения?

VII. Этап подведения итогов урока