**Технологическая карта классного часа**

**Учитель: Харьковская А.А.**

**Тема урока:**Здоровый образ жизни**.**

**Класс: 3**

**Тип урока:** изучение новых знаний.

**Форма проведения:** исследование

**Цели урока:**познакомить учащихся с правилами здорового образа жизни.

**Задачи:**

1.Образовательные – способствовать расширению представления о здоровом образе жизни и формированию умений систематизировать и анализировать информацию, которую учащиеся получают на уроках в школе и из средств массовой информации.

2. Развивающие – развивать творческое мышление учащихся, умение излагать свое мнение, обсуждать, делать выводы, сотрудничать, работать с источниками информации.

3. Воспитательные – воспитывать чувство ответственности за своё состояние здоровья и других, за работу в группе учащихся.

**Планируемые результаты (предметные):** объяснять значение выражения «здоровый образ жизни»; различать факторы, укрепляющие здоровье, и факторы, негативно на него влияющие, знать правила здорового образа жизни.

***ФормируемыеУУД:***

- *Личностные:* развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, формирование заинтересованности в ведении ЗОЖ, формирование учебно-познавательной интереса к новому учебному материалу и способам выполнения заданий, Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и формирование навыков самоанализа и самоконтроля.

- *Регулятивные*: определять и формулировать цель на уроке с помощью учителя; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.

- *Коммуникативные*: слушать и понимать речь других; оформлять свои мысли в устной форме; договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им.

-*Познавательные*: ознакомить с режимом дня, с соблюдением правил гигиены, с необходимостью правильного питания и занятием спорта.

**Форма обучения**: фронтальная, групповая, индивидуальная

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический.

**Основное содержание темы, понятия**: Здоровый образ жизни, личная гигиена, режим дня, здоровое питание.

**Оборудование**:  проектор, компьютер, звуковая колонка, презентация, конверты с заданиями, карточки, одноразовая посуда для эксперимента, памятки, мешки с продуктами, ключи.

**ХОД УРОКА:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЭТАПЫ** | | | | **ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ** | | | | **Содержание педагогического взаимодействия** | | | | | | **ФОРМИРУЕМЫЕ УУД** |
| **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧИТЕЛЯ** | | | | **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧЕНИКА** | |
| **Организационный момент.** | | | | Фронтальная. Словесный. | | | | - Здравствуйте, Слово какое чудесное, Красивое, доброе, чуточку нежное. -Здравствуйте! Скажем мы новому дню! -Здравствуйте скажем мы нашим гостям! Здоровья желаем всем и всему!    - Ребята, зовут меня Харьковская А.А., давайте улыбнёмся друг другу и всем присутствующим в классе. Хорошее настроение поможет нам справиться с любой задачей.  - А сейчас я вам предлагаю вам на мгновение отправиться в сказку. | | | | Настраиваются на урок.  Приветствуют учителя и присутствующих гостей.  Садятся и слушают учителя | | **Личностные:** самоопределение; ориентация на успешную деятельность.  **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и одноклассниками. |
| **1 ЭТАП. ОТКРЫТИЕ НОВЫХ ЗНАНИЙ1 ЭТАП. ОТКРЫТИЕ НОВЫХ ЗНАНИЙ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **1.1 Актуализация**  **1.2 Постановка учебной задачи** | | | Фронтальная. Словесный, наглядный.  Фронтальная. Словесный. | | | | В одной сказочной стране на берегу реки стоял дворец. (слайд2)  В нем жил Правитель, у которого был сын - Никита. Отец любил своего сына, он отвечал ему взаимностью. Молодец рос добрым и послушным. (Слайд3)  Одно огорчало Правителя — сын часто и подолгу болеет, кушает много вредной еды, ведет малоподвижный образ жизни, от того большой и не складный, всегда пребывает в плохом настроении. (Слайд4)  Устал Никита от такой жизни, а как изменить не знает. И решил Правитель помочь ему, пригласил во дворец самых мудрых людей страны и спросил: «Почему люди болеют? Что надо сделать, чтобы люди жили долго и счастливо?» Мудрецы долго совещались, и самый старый из них сказал: «Здоровье человека во многом зависит от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях», а народная мудрость гласит, что его «ни за какие деньги не купишь». Выслушал правитель мудреца и приказал открыть школу «Здоровья». (Слайд5)    Как вы думаете ребята, о чем же эта сказка?  А что же такое здоровье?  Молодцы, а темой нашего урока будет, как вы думаете какая?(Слайд6)  А для чего необходимо быть человеку быть здоровым?  Ребята, что это за звук такой? (слайд7)  Нам на почту пришло письмо. Давайте его прочитаем.  Привет, ребята! Пишет вам добрый молодец Никита! Недавно я пошел в школу «Здоровья» и прочитал там книгу и теперь точно знаю, как соблюдать здоровый образ жизни! Хочу с вами поделиться.  Позабудь про воздух свежий, Главной в доме сделай лень. На диване мягком лёжа, В темноте читай весь день.  Не проветривай годами, А чего? И так, сойдёт. Что? Микробы рядом с вами? Нет, совсем наоборот!  Сладким, друг мой, увлекайся. Ешь досыта сто раз в день, Спортом ты не занимайся, Сто одежд с утра надень.  Главное – забудь про отдых, Отдых – наш заклятый враг. И не чисти утром зубы, Ничего, сойдёт и так.  Вот какие прекрасные правила я нашел! Надеюсь, вы будете тоже их соблюдать.  Ребята, будем мы соблюдать такие правила?  В чем Никита ошибся?  А, что мы с вами должны для этого знать? (узнать правила здорового образ жизни)  (слайд 8)  Молодцы. Это и будет наша цель урока. | | | | Слушаю учителя  Отвечают на вопросы, актуализируя свои знания.  Предполагают, о чем будет идти речь на уроке.  Слушают и предполагают, что это за звук.  Заслушивают информацию, которая находится в письме.  Рассуждают, в чем же ошибся Никита. Актуализируя полученные знания в жизни.  Пытаются сформулировать правила и поставить цель.  Слушают учителя о дальнейших заданиях. | | **Познавательные:** выявлять существенное,  устанавливать причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы.  **Коммуникативные:** умение формулировать высказывание, вести диалог.  **Личностные:** осознание смысла учения и понимание ответственности за будущий результат.  **Познавательные:** умение выделять, формулировать тему, познавательные цели и задачи.  **Коммуникативные:** умение формулировать высказывание, вести диалог. | |
| **2 ЭТАП. ПЕРВИЧНОЕ ЗАКРЕПЛЕНИЕ** | | | | | | | | | | | | | | |
| **2. 1 Задание коммуникативно-творческое**  **2.2 Эксперимент.**  **2. 3 Продолжение. Задание коммуникативно-творческое** | | Фронтальная, групповая. Словесный, наглядный.  Фронтальная. Наглядный, практический.  Фронтальная, групповая. Словесный, наглядный. | | | | Я предлагаю вам провести собственное  исследование, в ходе которого мы составим свои правила  и отправим обратное письмо для таких «Незнаек», как Никита.  **А результаты представим в следующих исследованиях:** Каждая команда сейчас получит волшебные конвертики, которые поведут нас по маршруту. На конверте название команды, внутри вопрос, на который вы должны ответить и получить свой ключик-отгадку. Эти ключи нам помогут в составление правил ЗОЖ, которые мы отправим Никите.   1. **Чистюли.** Что нужно делать, чтобы всегда быть чистым, опрятным, аккуратным?   Молодцы. Вы получаете свой ключик.  Ребята! У вас на столах красные конверты с картинками. Найдите среди них предметы личной гигиены (прикрепить на доску).   1. **Витаминка.** Какое питание является здоровым?   Молодцы. Вы получаете свой ключик  Какие продукты полезные мы сейчас узнаем. У каждой команды есть свой «Волшебный мешок». Ваша задача определить лишний продукт и убрать его в сторонку.  Молодцы, хорошо справились.  А сейчас предлагаю провести **Эксперимент с жидкими веществами и мятной конфетой из нашего мешка.** Что же это?  Правильно. Это кока-кола с молоком и ментосом.  А сейчас мне необходимо четыре помощника: одни наливает в прозрачный стаканчик «Колу» до половины, второй – добавляет туда ложечку молока, а третий кидает ментос в колу. Четвёртый - следит за процессом и порядком.  Посмотрите, что происходит?  Почему же это произошло?  Вы молодцы. Так вот в «Кока- коле» есть вещество, которое соприкасаясь с молоком, вступает в реакцию, возникает такой неприятный осадок на дне стакана, как при скисании молока. При соединение образуются такие вещества как водород и трикальций фосфат, который используют в удобрении и в производстве стекла и керамики. Если пить «Кока- колу» вместе с молочными продуктами, то такой же осадок появиться в нашем желудке. Соединения этих продуктов выводят кальций из организма, который нам необходим для костей.   1. **Группа « Режим»**   Ребята, а как вы понимаете слово режим дня и зачем он нужен?  Молодцы. Вы получаете свой ключик  У вас на столах конверты желтого цвета. Ваша задача собрать пазл «Режим дня» в правильной последовательности.  Молодцы. Давайте теперь посмотрим, что же у вас получилось.   1. **Послушаем четвертую команду «Здоровячки».**   Что значит много двигаться? Зачем?  Чем надо заниматься, ребята**?**  Молодцы. Вы получаете свой ключик  Ребята, если соблюдать ваши правила, то сейчас мы должны отдохнуть. | | | | Слушают учителя о дальнейших заданиях.  Каждая команда получает конверт с маршрутом. Заслушивают правила выполнения.  Первая команда отвечает на вопросы. Составляют 1-ое правило.  Получают свой ключик.  Все команды получают конверты с изображениями предметов, выбирают нужный и вешают по одному на доску.  Вторая команда отвечает на вопросы. Составляют 2-ое правило.  Получают свой ключик  Команды по одному достают из заранее подготовленного мешка полезные продукты, но среди них есть вредные продукты питания. Раскладывают, объясняя какой лишний.  Дети отвечают на вопросы, называя продукты для эксперимента.  Выходят помощники. Выполняют алгоритм действий учителя.  Наблюдают за экспериментом.  Отвечают на вопросы. Предполагают.  Слушают информацию учителя. Делают вывод.  Третья команда отвечает на вопросы. Составляют 3-ое правило.  Получают свой ключик  Выполняют творческое задание, собирают пазл.  Отвечают на вопросы, опираясь на собранный пазл.  Четвертая команда команда отвечает на вопросы. Составляют 4-ое правило.  Получают свой ключик. | | | | **Регулятивные:** выполнение учебного задания в соответствии с целью.  **Познавательные:** выдвижение гипотез и их обоснование.  **Личностные:** умение определять и высказывать правила.    **Коммуникативные:** умение работать в группе, умение формулировать высказывание, сотрудничать в выборе информации.  **Регулятивные:** выполнение учебного задания в соответствии с целью.  **Познавательные:** выдвижение гипотез и их обоснование  **Коммуникативные:** умение работать в группе, формулировать высказывание, вести диалог.  **Регулятивные:** выполнение учебного задания в соответствии с целью.  **Познавательные:** выдвижение гипотез и их обоснование.  **Личностные:** умение определять и высказывать правила.    **Коммуникативные:** умение работать в группе, умение формулировать высказывание, сотрудничать в выборе информации. |
| **Физкультурная минутка** | | Фронтальная. Словесный, практический. | | | | Люди с самого рожденья  Жить не могут без движенья.  **Игра пантомима**  Я тихонько скажу на ушко задание. Вы показываете это задание без слов, только действиями, а остальные постараются угадать, что делает ученик ( чистить зубы, мыть руки – лицо, зарядка, мыть пол, расчесываться, накрывать на стол, подмести пол).  А теперь, давайте, все вместе выполним эти действия. | | | | Выполняют движения игры без слов по заданию, отгадывают действия. Самоконтроль. | | | | **Личностные:** иметь установку на здоровый образ жизни. |
| **3 ЭТАП. ИТОГ УРОКА** | | | | | | | | | | | | | | |
| **3.1. Закрепления полученных знаний** | Фронтальная, групповая. Словесный, наглядный, практический. | | | | Молодцы, вы справились с заданием и теперь знаете, что для человека самое главное это?  Правильно, ведь здоровье во многом зависит от вас и вашего поведения и образа жизни.  Вы уже собрали все ключи, а это значит пришло время отправить Никите письмо.  Для начала я вам раздам листы-памятки, которые будем параллельно заполнять, открывая последние конверты с правилами ЗОЖ.  Предлагаю начать наше письмо так:  **Дорогой Никита! Пишут тебе ученики 3 класса. Твои советы оказались неправильными. Мы провели исследование и решили тебе помочь с соблюдением правил здорового образа жизни. (**Слайд9)  **Первое что нужно делать, это –**первый ключик открывает отгадку  **СОБЛЮДАТЬ ЧИСТОТУ ТЕЛА, ОДЕЖДЫ И ЖИЛИЩА.**  **Второе нужно следить за своим питанием. Оно должно быть –** второй ключик открывает отгадку  **РАЗНООБРАЗНЫМ, РЕГУЛЯРНЫМ, БОГАТЫМ ОВОЩАМИ И ФРУКТАМИ.**  **Третье правило  -**третий ключик открывает отгадку  **НЕОБХОДИМО ЧЕРЕДОВАТЬ ТРУД И ОТДЫХ**.  **Четвертое правило. В свой распорядок дня надо включить –**четвертый ключик открывает отгадку **. ПРОГУЛКИ, ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ЧТЕНИЕ КНИГ. А также занимайся ФИЗИЧЕСКИМ ТРУДОМ.**  **С наилучшими пожеланиями ученики 3 класса.**  Готово? Отправляем. (Слайд10) | | | | Слушают учителя. Отвечают на вопросы. Делают вывод.  Слушают учителя.  Получают листы для создания памятки «ЗОЖ»  Слушают учителя.  Выполняют коллективное задание. Проговаривают правила и вписывают в свои памятки, которые получили вовремя исследования.  Отвечают на вопрос учителя. | | | | | **Регулятивные:** выполнение учебного задания в соответствии с целью.  **Познавательные**: осуществлять поиск необходимой информации, умение строить речевое высказывание  **Коммуникативные:** умение работать в группе, формулировать высказывание, вести диалог, сотрудничать в поиске и выборе информации, умение слушать собеседника. |
| **3. 2. Подведение итогов** | Фронтальная. Словесный. | | | | Молодцы. Давайте с вами вспомним, какая была тема урока?  Что интересного вы узнали сегодня, какая цель была урока? | | | | Слушают учителя.  Отвечают на вопросы, актуализируют полученные знания. Делают вывод. | | | | | **Регулятивные**: умение оценивать результат своей работы  **Коммуникативные**: умение формулировать высказывание; |
| **3.3. Рефлексия деятельности.** | Фронтальная. Словесный. | | | | Понравился ли вам урок?  Где пригодятся знания, которые вы сегодня получили на уроке?  Какие выводы для себя сделали?  Помните, ваше здоровье - в ваших руках! Спасибо Вам! | | | | Оценка личного вклада в урок.  Самооценка. | | | | | **Личностные:** ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности |

**Список использованных источников**

1. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. Разговор о правильном питании / Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2010. 2.

2. Бутова С.В. Оздоровительные упражнения на уроках / С.В. Бутова // Начальная школа.- 2006.- № 8.- С.98.

3. Васильева Н.Ю. Поурочные разработки по курсу "Окружающий мир". 3 класс. - М.: ВАКО, 2013. - 384 с. - (В помощь школьному учителю).

4. Ковалько В.И. Школа физкультминуток. - Москва: Вако, 2005.

5. <https://infourok.ru/konspekt-uroka-zdoroviy-obraz-zhizni-422219.html>

6. <https://www.labirint-um.ru/blog/zanimatel_nye_zadachi/moloko_protiv_koka_koly_1_0/>