**Краевой профессиональный конкурс «Учитель здоровья»**

**Технологическая карта сюжетно-ролевого урока**

с оздоровительной направленностью

во 2 классе

«По дороге с облаками!»

Сипетина Галина Николаевна

учитель МБОУ гимназии №8

Тихорецкий район, г. Тихорецк

Технологическая карта сюжетно-ролевого урока с оздоровительной направленностью

во 2 классе

Сипетина Галина Николаевна

Учитель физической культуры

МБОУ гимназии №8 города Тихорецка

|  |
| --- |
| **Тема:** «По дороге с облаками!»**Цели:****а)** образовательная – продолжить формирование представлений о здоровом образе жизни;б) развивающая **-** комплексно развивать физические качества, необходимые для формирования навыка правильной осанки, органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата; в) воспитательная – воспитание чувства собственного достоинства, уверенности, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым, дает ему силы делать осознанный выбор во всем; воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.**Цел** |
| **Планируемые результаты:** | **Личностные УУД:****-**самоопределение**Регулятивные УУД:****-** выделение осознание того, что уже освоено, и того, что подлежит усвоению;**-** целеполагание, как постановка учебной задачи.**Познавательные УУД:****-** развивать поисковую и познавательную деятельность обучающихся, их творческие способности, интерес к здоровому образу жизни, через материал здоровьесберегающих технологий, умение работать в группе;- формировать компетентностное отношение к своему здоровью;- анализировать объекты с целью выделения в них существенных признаков;- ставить и формировать проблемы;- применять на практике творческое воображение;**Коммуникативные УУД:**- умение формировать свои мысли- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, умение работать в группе**Здоровьесберегающие технологии**:Игровые технологии, чередование умственной и физической активности, творческое самовыражение учащихся. |
| **Образовательные ресурсы:** компьютер с аудиозаписями, карточки с полезными и вредными, ромашки с отрывными лепестками (на них записаны задания-превращения), магнитная доска, 30 штук магнитов, набивные мячи 6-8 штук, шведская стенка, гимнастические маты 2-3 штуки, обручи 15-20 штук, костюм доктора Айболита(для учителя) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы занятия | Содержание материала | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | Формируемые УУД |
| **Вводно-подготовительная часть**1.Самоопределение к деятельностиЦель: проверка готовности обучающихся, их настроя на работу | **Айболит:** Здравствуйте, ребята, здравствуйте друзья! Смогли ли вы узнать меня? Знаете, кто я?**Дети:** Конечно мы узнали, конечно отгадали! Ты знаменитый доктор, ты доктор Айболит! **Айболит:** Дети, я ведь не просто так приехал к вам в школу. Только вы сможете мне помочь! Ваши родители и учителя сказали, что вы самые лучшие в мире ребята, самые умные, самые здоровые, самые добрые. Это так?**Дети:** Да, верно!**Айболит:** Тогда мне очень нужна ваша помощь! Самому мне не справиться. Пожалуйста, пойдемте со мной в страну Лентяев. Сегодня моё знакомое облачко сообщило ужасную новость – в этой странной стране все дети разом заболели. И самое страшное то, что они не могут и не хотят стать здоровыми. Они лежат и плачут! Мы с вами непременно должны им помочь!**Дети:** Конечно поможем! Мы научим их азбуке Здоровья. Они станут веселыми и счастливыми, как мы!**Айболит:** Тогда в путь, мои друзья! | Приветствует обучающихся, проверяет их готовность к уроку, создает эмоциональной настрой учащихся.Создание проблемной ситуации для принятия цели и задач урока. | Приветствуют учителя, проверяют свою готовность к уроку.Активируют учебную деятельность по поиску способа ее решения | **Личностные УУД:**Управление своим настроением, умение выражать эмоции.**Познавательные УУД:**Самостоятельное выделение и формирование познавательной цели, формирование проблемы. |
| Профилактика осанки и плоскостопия. | *Под музыку «Песня помощников доктора Айболита»,* дети вслед за Айболитом идут - высоко поднимая колени, - на носках, - на пятках. *Под музыку «Песенка о здоровье»* медленный бег на носочках, передвижение приставными шагами правым и левым боком. **Айболит:** Молодцы вы у меня, ребята! Бегать и прыгать любите. Давайте вместе со мной сделаем зарядку.**"Веселая зарядка"**Что нам нужно для зарядки?Врозь носки и вместе пятки.Начинаем с пустяка:Тянемся до потолка.Не беда, что не достали -Распрямились. Выше стали!И стоим не "руки в брюки" -Перед грудью ставим руки.Чтоб за лень нас не ругалиПовторим рывки руками.Эй, не горбиться, ребятки!До конца своди лопатки.Стой! Опора есть для ног?Руку вверх, другую - в бок.С упражнением знакомы?Называется наклоны.Вправо-влево повторяем,Гнём себя и выпрямляем.А теперь наклон вперёд.Руки в стороны. И вот…Кажется, что вертитсяВетряная мельница.Встали. Выдохнули: "Ох!"Вдох и выдох. Снова - вдох.Отдышались и все вместеМы попрыгаем на месте.Тело силой зарядили - Про улыбку не забыли. | Включает музыкуВключает музыкуФормированиеосознанного отношения к организму.Формирование самооценки направленной направильность выполнения двигательного действия. | Выполняют общеразвивающие упражнения. | **Регулятивные УУД:**Умение контролировать свои действия.  |
| **Основная часть урока.****Цель:** выявление учащимися новых знаний, развитие умения находить ответы на проблемные вопросы, подведение детей к самостоятельному выводу способа действия с информацией | **Айболит:** ах, как же с вами весело. Но мы не можем забывать про наших больных. Смотрите, вот растет волшебная ромашка, на каждом ее лепестке - задание. Мы не сможем пройти через лесную чащу, пока не выполним задания лесной феи. Давайте оторвем лепесток и прочитаем…Задание на 1-ом лепестке ромашки:игра "Превращения». **Айболит:** нужно очень быстро в «цаплю» превратиться и пройти красиво!А теперь нам нужно в «зайцев» превратиться!Выбежали гуси. Шеи длинные вытянули, лапы красные растопырили, крыльями машут, клювы раскрыли и шипят: «Ш-ш-ш».Задание на 2-ом лепестке ромашки: игра «Полезное и неполезное». **Айболит:** Ребята, сейчас мы сыграем в игру: «Полезное и неполезное».Условия игры: в двух корзинах лежат карточки с продуктами питания. Вам необходимо их разделить на полезные и вредные.Задание на 3-ом лепестке ромашки: игра «Мышки-мышки».**Айболит:** Я люблю одну игру: мышки мышек догоняют и хвосты срывают. Нужно очень быстро на команды разделиться.**Айболит:** вот и молодцы! Пошли дальше, ребята!Звучит песня Айболита «Здоровый образ жизни»**ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ:**1.Перемещение правым боком приставными шагами между набивными мячами.2. Перемещение переступанием по шведской стенке.3. Прыжки на гимнастической скамейке: вскок на скамейку ноги вместе, соскок на пол, ноги врозь (выпрыгивать выше, до полного выпрямления ног, оттягивать носки);4. Спрыгивание в обруч с последующим выпрыгиванием вверх.5 Перемещение левым боком приставными шагами между набивными мячами.6. На матах перекаты в положении лежа, руки вверх (бревнышком). 7. Прыжки через обручи.8. Ходьба на носках, ноги врозь, вдоль гимнастической скамейки, руки на пояс.9. Ходьба по канату приставным шагом10. Прыжки через стойки.**Айболит:** Вот мы и на месте. Смотрите, ребята, вот и наши больные. В зале на гимнастической скамейке сидят бледные Лентяи и ноют (дети из числа освобожденных) **Лентяи:** -Как нам плохо. -Да, как плохо.**Айболит:** Вот вы глупые лентяи,Лучше б мышцы подкачали!Что вы ноете, что вы воете?Ну – ка, быстренько вставайте,Дружно слезы вытирайте,И здоровьем вы своим заниматься начинайте. **Лентяи:** Не можем;Не будем…**Айболит:** А вот ребята из СОШ № стараются никогда не унывать, помогать друг другу и приносить радость окружающим. Знаете, зачем человеку хорошее настроение? Как его можно создать? Хорошая музыка, песня и танец могут поднять настроение, а еще доброе дело и улыбка. А сейчас мы поднимем всем настроение и потанцуем танец «Маленьких утят». Танцуют *танец «Маленьких утят»* под музыку. У Лентяев непроизвольно начинают двигаться руки и ноги. **Лентяи:** Мы все поняли. Нам уже лучше. Мы будем заниматься физкультурой. Мы станем сильными. **Айболит:** Но одна физкультура не сделает вас здоровыми. Сейчас для вас игра «О правилах здоровья».Условия игры: я буду загадывать загадки, если мой совет правильный, хлопайте, если нет – топайте!- Чтоб прогнать тоску и лень, Подниматься каждый деньНужно ровно в 7 часов,Отворив окн**а** засов, Сделать лёгкую зарядкуИ убрав свою кроватку.Душ принять и завтрак съесть.- Это правильный совет?- Перед тем, как сесть поесть,Правило такое есть:Надо б в руки мыло взятьИ в воде пополоскать…- Это правильный совет?- Постоянно нужно естьДля здоровья важно!Фрукты, овощи, омлет,Творог, простоквашу?- Этот мой совет хороший?- Не грызите лист капустный.Он совсем, совсем невкусный,Лучше ешьте шоколад, Вафли, сахар, мармелад.- Это правильный совет?- Зубы вы почистили и идите спать. Захватите булочку сладкую в кровать.— Это правильный совет?- Если свой обедТы начнёшь с кулька конфет,Жвачкой импортной закусишь, Шоколадом подсластишь, Будешь ты здоров и весел.- Так ведь, милые друзья? **Айболит:** Давайте ребята запомним: полезно – не всегда вкусно, вкусно – не всегда полезно.Но и это еще не всё, что нужно для вашего здоровья. **Айболит:** Друзья мои, а ведь полноценный отдых тоже является элементом здорового образа жизни. После такого долгого и трудного пути я предлагаю лечь, закрыть глаза, послушать музыку и немного отдохнуть. (Дети ложатся на гимнастические коврики и закрывают глаза, звучит спокойная музыка). *Релаксация под музыку* **Айболит:** Представьте себе, что вы идёте по лесной горной тропинке. Свежий ветерок ласкает лицо. Вы слышите шелест листвы, пение птиц, журчание ручья. От этого ручья веет свежестью. Это источник приятной, серебристой, живительной энергии. У Вас возникает желание очиститься, промыться этой энергией. С каждым вдохом приятная энергия ручейка проникает в Ваше тело, заполняя каждую его клеточку. Вы с радостью поглощаете эту энергию. Она омывает, очищает Вас.Вы глубоко дышите. С каждым выдохом тело наливается свежестью и здоровьем, бодростью, жизненной силой. Вы спокойно дышите, отдыхаете. А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Волшебные лучики белого света наполнили вас свежими силами и энергией. Вы стали здоровыми и совершенно счастливыми.Я желаю вам, ребята, Быть здоровыми всегда.Но добиться результатаНевозможно без труда.  Чтобы быть всегда здоровым,Надо спортом заниматься,Умываться, закаляться,И почаще улыбаться. Постарайтесь не лениться - Каждый раз перед едой,Прежде чем за стол садиться,Руки вымойте водой. И зарядкой занимайтесьЕжедневно по утрам.И, конечно, закаляйтесь -Это так поможет вам! Свежим воздухом дышите,По возможности всегда,На прогулки в лес ходите,Он вам силы даст, друзья! | Формирует проблемную ситуацию, активирует мыслительные операции, внимание.Расставляет корзины перед детьми и знакомит детей с правилами игры:1Учащиеся выбегают по одному из каждой команды2 Как только задание выполнено учащийся возвращается к своей команде и передает эстафету.Раздает хвостики дух цветов (по командам) и знакомит детей с правилами игры:1.обучающиеся руками друг друга не трогают, не толкаются2. необходимо сорвать хвостикПодводит детей к установленной полосе и проговаривает правила по технике безопасности:1. дистанция на снаряде 2-3 шага2. обгонять друг друга нельзя3. на шведской стенке перемещаемся только по нижней ступеньке.Следит за правильностью выполнения упражнений и устраняет ошибки. Помогает детям при необходимостиКонтролирует безопасностьАкцентирует внимание детей на ЛентяяхСтимулирует детей к поиску выхода из проблемной ситуацииРассказывает правила игрыВключает музыкуПроговаривает образные представления | Активируют учебную деятельность по поиску способ ее решения Выполняют упражнения на осанкуВыполняют прыжковые упражненияВыполняют упражнения дыхательной гимнастикиОбучающийся подбегает к корзине, берет одну карточку, определяет полезность продукта, далее двигается к магнитной доске, где при помощи магнита крепит карточку в соответствующую колонку «полезное», «неполезное»Играют в игру, развивая ловкость. Взаимодействуют с партнерами по команде в процессе игрыПеремещаются по установленной полосе, выполняя задания, неукоснительно соблюдая правила техники безопасности. Ответы детей: хлопают, топаютВыполняют упражнения релаксации | **Познавательные УУД:**выбор эффективных способов решения проблемной ситуации.**Коммуникативные****УУД:**инициативное сотрудничество в поиске и выборе способов решения проблемной ситуации.**Регулятивные УУД:**Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.**Познавательные УУД:**решение проблемы,построение логической цепи рассуждения**Коммуникативные УУД:**сотрудничество в команде со сверстниками**Регулятивные УУД:**Умение контролировать и корректировать свои действия и действия одноклассников. **Личностные УУД:**Проявление эмоциональной отзывчивости**Регулятивные УУД:**самоконтроль |
| Заключительная часть | **Айболит***:* Наше путешествие подошло к концу и нам пора возвращаться. Я думаю, что наши новые друзья узнали для себя очень много нового, интересного и сделали выводы. Теперь каждый день будет наполнен для всех вас яркими событиями. Ведь только здоровый человек может радоваться каждому новому дню, как возможности изменить мир вокруг к лучшему. А теперь, ребята, облачко для вас передало вкусные и очень полезные яблочки. Пусть все вокруг вместе с нами радуются каждому мгновению и будут здоровы и счастливы!**Айболит**: Ребята, вы поняли, как сохранить свое здоровье? Кому все понятно и понравился урок улыбнулись и похлопали в ладоши. Раз Вы все поняли встали за направляющим-он будет у нас локомотивом, а остальные- вагончиками, положили руки на плечи впереди стоящему. До свидания, ребята! До новых встреч!  | Подводит итоги урока, раздает яблокиЗадает вопросы детям, подводя итоги | Отвечают на вопросы учителя.Прощаются и выходят из зала |  |

**Список используемой литературы:**

1. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток» (1-4 класс) практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. –М.: ВАКО, 2007. - 208 с
2. Проценко Т.А. Оздоравливающе игры для малышей. –М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА. -304 с
3. Журнал «энциклопедия здоровья» № 5, 2006 г., стр. 21
4. П.П. Морев «Путь к здоровью», стр. 108с
5. Брошюра «ФК и спорт» № 1, 1990 г., стр. 170
6. Брошюра «Позвоночник гибок – тело молодо» Ю.А. Пеганов, А.А. Берзина, стр. 17
7. Брошюра «Волшебная сила растяжки» Е.И. Зуев, стр. 37
8. Методическое пособие «Анализ урока как форма методической работы» Мочалова Н.М., Казань, 2004
9. Методическое пособие «Типовые ошибки организации урока» Мочалова Н.М., Уфа, 2002
10. Пособие «Анализ современного урока» Г.Ч. Тахтамышева, Казань, 2003
11. Пособие «Организационные шаги по созданию школы, содействующей здоровью» В.Н. Касаткин, С.М. Чечельницкая, Е.Л. Рачевский
12. Сборник «Создание здоровье сберегающих технологий в современной школе» РМК Кировского ОО, Казань, 2004