Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

Краснодонская средняя школа №4

имени Героя Советского Союза С.Г.Тюленина

**Открытый урок по окружающему миру**

**в 3-м классе**

**по теме "Здоровый образ жизни"**

 Подготовила:

                                                            учитель начальных классов

                                                                     Устиненкова Татьяна Николаевна

 2024 г.

**Цель:** систематизировать и обобщить знания учащихся о здоровом образе жизни.

**Задачи**:

***Предметные:***

- знать правила гигиены и основы здорового образа жизни;

-  формировать убеждения о здоровом образе жизни и о здоровье, как самой главной ценности;

 - способствовать развитию навыков личной гигиены и труда по самообслуживанию;

- запомнить способы сохранения и укрепления здоровья.

***Метапредметные:***

-формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной целью;

  - развивать речь учащихся.

***Личностные:***

   - воспитывать осознанное желание вести здоровый образ жизни.

**Тип урока:** комбинированный.

**Методы обучения**:    наглядно – образный, словесный, частично – поисковый.

**Формы организации познавательной деятельности:** фронтальная, индивидуальная, групповая.

**Оборудование:** карта звёздного неба с изображением планет, учебник «Окружающий мир.3 класс. 1 часть»

**Ход урока**

1. **Организационный момент.**

Ну-ка, дети, встаньте в ряд.

Я командир, вы мой отряд.

В школе прозвенел звонок,

Значит, начался урок.

Здравствуйте, ребята!

1. **Мотивация учебной деятельности.**

Вы помните сказку В.Катаева «Цветик-семицветик»? В ней рассказывается о том, как однажды Волшебница подарила девочке жене цветок с семью разноцветными лепестками. Стоило оторвать лепесток, подбросить вверх и произнести волшебные слова, как тотчас же любое желание исполнялось. Когда у Жени остался последний лепесток, она увидела грустного мальчика Витю, у которого болела нога, и который поэтому не мог бегать и играть с другими детьми. Жене стало его жалко, она оторвала последний лепесток и загадала, чтобы Витя выздоровел. И Витя стал здоровым. На этом сказка кончается.

Давайте и мы представим, что Волшебница и нам подарила цветок, но не простой, а волшебный цветок здоровья. Как бы он выглядел?

*(На доске открывается цветок, дети по очереди отрывают лепестки, переворачивают и читают то, что написано на обратной стороне лепестков.)*

* Здоровье – это красота.
* Здоровье – это сила и ум.
* Здоровье – это самое большое богатство.
* Здоровье – это то, что нужно беречь.
* Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным.
* Здоровье – это долгая счастливая жизнь.
* Здоровье – это когда ты весел и у тебя всё получается.

Что же нужно делать, чтобы быть здоровым? Правильно, необходимо хотеть и уметь заботиться о своём здоровье.

1. **Постановка цели урока.**

Сегодня мы поговорим о том, почему нужно быть здоровым, почему нужно соблюдать правила ухода за своим телом, узнаем, что такое вредные и опасные привычки.

И мы с вами отправляемся в путешествие на дальние планеты, где вы получите от жителей этих планет задания, которые нужно непременно выполнить.

***1 планета “Чисто-град”.***

- Какие пословицы про чистоту вы знаете?

***Пословицы:***

Чаще мойся – воды не бойся!

Здоровье дороже богатства.

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

Гигиена – не мука, гигиена – не скука, а важная наука.

Вода все очищает.

Чистота – залог здоровья.

Крепок телом – богат и делом.

Болезнь с грязью дружат.

Мойте руки перед едой – будете здоровы!

Мыло серое, а моет бело.

Чистая вода для хвори беда.

Если хочешь быть здоров, закаляйся!

Где вода, там и жизнь.

1. **Физминутка.**

Солнце глянуло в тетрадку,

Раз, два, три, четыре, пять – (Ходьба на месте.)

Все мы делаем зарядку,

Надо нам присесть и встать. (Приседания.)

Руки вытянуть пошире, -

Раз, два, три, четыре, пять –

Наклониться – три, четыре (Наклоны.)

И на месте поскакать. (Прыжки на месте.)

На носок, потом на пятку.

Все мы делаем зарядку! (Ходьба на месте.)

***2 планета “Лаком-град”.***

- Составьте полезный завтрак (1ряд), полезный обед (2 ряд), полезный ужин (3 ряд).







***3 планета “Режим-град”.***

**Работа в группах.**

Найдите верное утверждение:

* Я чищу зубы два раза в день.
* Я ем фрукты и овощи.
* Я часто ем сладкое.
* Я грызу ручки и карандаши.
* Я рано просыпаюсь и делаю зарядку.
* Вечерами я долго сижу перед компьютером.
* Перед едой я не мою руки.
* После еды я полощу рот.
* Я люблю долго поспать.

***4 планета “Спорт-град”.***

*Назовите игры, в которых используются эти спортивные принадлежности.*







*Примерные ответы:*

- Мячи нужны в футболе, волейболе, баскетболе, теннисе.

- Гантели – в тяжёлой атлетике.

- Коньки – в конькобежном спорте, фигурном катании.

***5 планета «Полезные привычки-град»***

- Составьте характеристику здорового человека. Слова записаны на доске, зачеркните лишние.

*Красивый, статный, стройный, сутулый, толстый, сильный, крепкий, ловкий, неуклюжий, бледный, подтянутый, румяный.*

1. **Рефлексия**

А сейчас вспомните, всё, о чем мы говорили на уроке и выполните задание.

ЗДОРОВЬЕ.

На каждую первую букву этого слова вспомните и подберите слова, которые помогают человеку быть здоровым.

З – зарядка, закаливание

Д - доброта

О – осанка правильная, овощи

Р - режим, разминка

О - отдых

В - витамины

Ь

Е – еда правильная

-Единственная красота, которую я знаю – это здоровье. ( Г.Гейне )

1. **Подведение итогов.**

***Игра «Полезно – вредно»*** (Дети могут отвечать хором).

* Читать лёжа … (вредно).
* Смотреть на яркий свет …(вредно).
* Промывать глаза по утрам …(полезно).
* Смотреть близко телевизор …(вредно).
* Уберегать глаза от ударов …(полезно).
* Употреблять в пищу морковь, петрушку …(полезно).
* Тереть глаза грязными руками …(вредно).
* Читать при хорошем освещении …(полезно).
1. **Домашнее задание.**

С.150-153, прочитать, записать в словарик **здоровый образ жизни.**

Подготовить физкультминутку на конкурс «Лучшая физкультминутка».