

Метапредметный урок по окружающему миру

Подготовила: Аверина Любовь Владимировна, учитель начальных классов, МБОУ СОШ№6, г.Пыть-Ях, ХМАО-ЮГРА

Логин: averina.65@list.ru

Тема: «Там на невиданных дорожках...» «Твое здоровье в твоих руках»

Цель: пропаганда здорового образа жизни на основе метапредметных связей в условиях современной школы

Задачи: Содействовать сохранению здоровья каждого обучающегося.

Развивать умение применять полученные знания в разных ситуациях.

Формировать правильное мировоззрение на соблюдение полезной привычки.

Воспитывать толерантность и умения работать в команде.

Девиз: «**Быть здоровым – здорово**»

Технология критического мышления, технология проблемного обучения, сотрудничество учителя и учеников, игровая деятельность.

Используемые методы и приемы: метод эмоционального стимулирования, практический метод, активный метод, интерактивный, Кейс-метод, метод проектов, исследовательский метод .

Планируемые результаты:

- Личностные:

- осознание личностной ответственности за свои поступки, в том числе по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих;

- установка на безопасный, здоровый образ жизни на основе знаний и умения предупреждать болезни;

- Метапредметные:

- принимать и сохранять целевые установки занятия,

- моделировать ступеньки познания, размещая соответствующие схемы;

- анализировать проявления внутреннего мира человека (в его поступках, взаимоотношениях с людьми);

- взаимодействовать в паре и группе при выполнении заданий;

- формулировать выводы из материала;

- осуществлять самопроверку и оценивать свои достижения на уроке.

- Предметные:

- применять знания о своём организме в жизни;

- объяснять, как человеку правильно вести ЗОЖ,

- оценивать, что полезно для здоровья, а что вредно.

УУД:

- личностные:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,

- регулятивные:

- структурирование знаний;

- познавательные:

- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера;

- коммуникативные:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Межпредметные связи:

- Литературное чтение
- Физическая культура
- Технология

Оборудование:

- Маршрутные листы
- Медиа проектор, компьютер
- «Карта» путешествия
- Модели смайликов

Психологический настрой.

-Добрый день! Поприветствуйте гостей.

Добрый день !Мы рады приветствовать вас! Садитесь.

-Сегодня мы с вами отправимся в путешествие по океану знаний, **ОСТРАВНОЕ ГОСУДАРСТВО**. Мы с вами отправимся на остров, путешествовать будем по карте, которая изображена на доске. **С вашего разрешения я буду капитаном, а вы моими помощниками.**

-Выберите для себя настроение, с которым вы отправитесь в путешествие. (*На столах лежат смайлики с разным настроением. Это и будет билет на корабль*). Вижу, что настроение у вас хорошее. Ну что же, в добрый путь.

Мотивация. Ой, посмотрите, на нашем корабле что-то юнга занемог(стихотворение Балашов Игорь)

Жил на свете мальчик Ох,
Сам собою был неплох.
Только рос он слабым, хилым
В городской своей квартире.
Умываться - никогда!
Если намочусь - беда!
Он ругает всё на свете.
Пожалейте его, дети!
Он все кашляет, чихает,
Как здоровым стать, не знает.

Актуализация. Сообщение темы урока. Картинка человека.

- Почему мальчик Ох слабый, хилый?(*Потому что он не соблюдает правила здоровья*) Организм **здорового человека** работает слаженно, как один механизм. Подумайте и скажите о чём будем говорить на уроке? (О здоровье, правилах здоровья, о здоровом образе жизни) **Наш корабль отправляется в ОСТРАВНОЕ ГОСУДАРСТВО под названием «ЗОЖ»** На каждом острове будем выполнять определенные задания. И если только мы правильно их выполним, только тогда попадем на остров здорового образа жизни. Там все жители занимаются физической культурой, налажен правильный режим питания и режим дня, закаливания. Жители этого острова никогда не болеют

Облако слов поможет определить девиз нашего путешествия **«Быть здоровым – здорово»** (здоровым, смелым, быть, режим, ЗОЖ, здорово, спорт, воздух, лыжи) Скажите, а что такое здоровый образ жизни?

ЗОЖ- Это когда человек не болеет, хорошо себя чувствует, полон сил.

От чего зависит наше здоровье? Выберите правильные ответы. (на доске слова- **питание, вредные привычки, гигиена, движение, закаливание, режим дня**)

Молодцы! А что вредит нашему здоровью? О вредных привычках поговорим на другом занятии.

Молодцы!

Итак, полный вперед, отправляемся в путь перед нами **ОСТРОВНОЕ ГОСУДАРСТВО под названием «ЗОЖ»**. Здесь мы разбиваемся на команды и отправляемся по разным островам.

Добывание знаний и их применение (Работа в группах)

1 команду тропинка ведёт к просмотру **мультфильма**.

Узнали? **«Мойдодыр»** Вы на **острове «Гигиена»** Для вас задания.

Для чего нужны эти предметы в мультфильме?(Чтобы следить за чистотой)

Что такое гигиена? Узнают по словарю.

Зачем нужно соблюдать чистоту?

Вывести правила по просмотру мультфильма.

Гиги́ена (греч. *hygieinós*, здоровый) — раздел изучающий влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающий меры (санитарные нормы и правила), направленные на предупреждение заболеваний...

Чистота путь к здоровью. Пословицы «Чисто жить-здоровым быть». «Кто аккуратен- тот людям приятен».

Быть здоровым - жить в чистоте. В чистоте нужно содержать все: руки, ноги, лицо, уши, зубы, волосы, а также одежду и обувь.

Болезнетворные микробы, поселившись на грязных руках, на других частях тела, непременно постараются попасть внутрь организма, и вызвать какое-нибудь заболевание – (например, желтуху, болезнь грязных рук) или (тошноту, колики в животе).

- Этих неприятностей можно избежать, если соблюдать личную гигиену и чистоту. В сказке «Федорино горе» Федора не соблюдала чистоту. От грязи заводятся тараканы, разводятся микробы.

От грязнули исходит дурной запах. Если не ухаживать за волосами в голове заводятся вши.

Человек выглядит не опрятно, если одежда грязная, помятая, рваная, грязные волосы и не прибраны.

Если человек не следит за чистотой, забиваются поры и кожа не дышит.

Обязательно нужно соблюдать личную гигиену. Чистить зубы, мыть руки перед каждым посещением туалета, перед едой, после прогулки.

Обязательно вечером принимать душ, менять бельё, носки каждый день менять.

Поддерживать уборку каждый день, генеральную уборку делать 1 раз в неделю.

Проветривать комнату, чтобы микробы погибали. Проветривая комнату, поступает свежий воздух, и в организм поступает чистый кислород, и тогда органы не будут болеть. Сердце, лёгкие хорошо будут работать.

Правило. Соблюдай чистоту. Соблюдай личную гигиену.

Работа в группе.

1. О каких правилах гигиены нужно помнить? Выбрать

Мыть руки перед едой, после общения с животными, если они грязные.

Проветривать комнату в течение дня.

Чистить зубы после еды.

Купаться только тогда если запачкался.

Проводить уборку помещения.

Принимать душ каждый день, мыться не реже 1 раза в неделю.

Перед каждым приёмом пищи мыть руки.

Менять бельё каждый день.

Чистить зубы 2 раза в день.

Кусать зубами карандаши.

Мыть волосы если жирные, грязные.

Мыть посуду после каждого приёма пищи.

У каждого члена семьи своё полотенце.

Красивыми вещами можно обмениваться с друзьями.

После посещения туалета каждый раз мыть руки.

Проветривать комнату утром и вечером.

Менять бельё один раз в неделю.

Волосы прибирать и мыть 1-2 раза в неделю.

Одно полотенце для всех членов семьи.

Грязную посуду можно оставлять в раковине до вечера.

У каждого должны быть личные вещи и обувь.

Вторая команда отправляется по тропинке к острову. Послушаем ситуацию.

Или мультимедиа «Как Лосяш заболел из-за открытия холодильника, и Копатыч закаливает его»

Ребята, послушайте рассказ.

- Жил мальчик Вовочка. Он не любил делать зарядку, да и вообще учеба его не интересовала. Мало того, он не соблюдал режим, не занимался **спортом** и целыми днями играл в компьютерные игры. Был очень слабый, сутулый, ели носил свой портфель. Но однажды к ним в класс пришла девочка Мила – красавица, отличница, спортсменка. Вовочке Мила сразу понравилась...

Мы на острове «Движение, спорт»

Задание «Предложи продолжение»

В какие кружки посоветуете записаться на формирование правильной осанки?

Наше тело - «общегитие» для бактерий. Стать здоровым можно постепенно, а вот потерять здоровье можно сразу. Нужно приучать себя с детства заботиться о здоровье.

Вывод: Закалывать организм, правильно питаться, соблюдать режим дня, отказ от вредных привычек, выполнять правило личной гигиены, заниматься спортом,

больше гулять, игры на свежем воздухе, плавание, закаляться нужно постепенно, перед сном обязательно проветривать свою комнату, утром выполнять зарядку при открытой форточке, обтираться водой.

Учитель: Здоровье - это движение. А движение – это не только скорость и сноровка, но и пластика.

Какие кружки работают на формирование правильной осанки?

Кружки: изостудия, вокал, лыжи, математический, гимнастика, шахматы, вязание, футбол, вышивание, бисероплетение, плавание, бокс, литературный кружок, танцевальный, кружок фотографии, кружок лепки.

Отдыхательная пауза «Затанцуйся»

Физминутка называется «Затанцуйся». Сейчас будите двигаться под музыку, соблюдая такт и ритм. Задачей участников является танцевать всей командой, повторяя движения, которые показывает вам спикер. Все команды танцуют одновременно. Должна быть синхронность и точность выполнения движений, а также оригинальность танца. **3.Правило – больше двигайся, занимайся спортом, закаляйся.**

3 команда отправятся по тропинке на следующий остров. Прочитайте текст. Все явления природы подчинены ритмам: день – ночь, зима – лето, приливы – отливы. Ритм это - необходимое условие жизни. У человека многие функции организма подчинены суточному ритму. Например, нам хочется, есть в одно и то же время, вечером мы чувствуем желание лечь спать. Всем людям и животным на Земле нужен сон, чтобы восполнить энергию, которую организм израсходовал за день. Отдых нужен всем органам. Особенно необходимо отдыхать мозгу, чтобы на следующий день человек чувствовал себя бодрым, мог хорошо работать, учиться. Важно делать прогулки, после прогулки легко и быстро сможешь справиться с трудной задачей, проектом. Говорят: « Понедельник день тяжёлый». В воскресенье человек позволяет нарушить ритм. Позже ложится спать, часто и много ест, долго играет в компьютерные игры и смотрит телевизор. Вот и получается, что в выходные больше устают. А в понедельник дело у них не ладится. Если школьник не выспался, то у него плохое настроение, быстро устаёт, невнимателен, делает ошибки, плохо запоминает. Если постоянно не высыпаться, то можно заболеть. В 9-10 лет нужно спать 11 часов. Очень важно не переесть перед сном, очень трудно заснуть. Не смотришь страшные, шумные фильмы, тогда не будешь ночью просыпаться. Обязательно проветривать комнату или оставлять форточку открытой. После пробуждения чувствуешь себя хорошо. Соблюдая правильный ритм, остаёшься здоровым, а оставаться здоровым помогут зарядка, прогулки и занятие спортом.

К какому острову вы подошли? **Остров «Режим дня»**

К чему приводит не соблюдения режима дня?

Запиши пункты режима дня.

- 1.Подъём
- 2.Зарядка
- 3.Завтрак
- 4.Учёба, работа
- 5.Обед
- 6.Прогулка
- 7.Подготовка уроков.
- 8.Свободное время.
- 9.Ужин
- 10..Сон

Не соблюдая режим дня. Человек:

- Не бережёт время.
- Быстро устаёт.
- Пропадает аппетит.
- Снижается работоспособность.
- Раздражительный.
- Плохое настроение.
- Не запоминает.
- Невнимательный.
- Вялый.
- Нервный.
- Ничего не успевает.
- Физически слабый.

Задание: расположить в нужном порядке пункты режима дня и приклеить их на лист бумаги.

ПОДЪЕМ ЗАРЯДКА ЗАВТРАК ДОРОГА В ШКОЛУ УРОКИ ОБЕД
ПРОГУЛКА УЖИН СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ ПОДГОТОВКА УРОКОВ СОН

Правило сочетать труд и отдых.

Правило – не заводи вредных привычек.

К последнему острову отправляемся все вместе. Ребята нас приглашают на обед. Кок составил меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и кока-кола. Это моя любимая еда, вам тоже понравится.

К какому острову пришли? На **остров «Правильное питание»**

Учитель. Ребята, верно ли Кок составил меню?

Сладкая, жирная пища и переедание, т.е. избыток пищи превращается в жировые отложения. Если правильно питаться человек получал достаточно энергии для активной жизни. В меню не входили продукты, которые дают **энергию**. В организме человека постоянно разрушаются одни клетки и рождаются другие.

Основным **строительным** материалом для клеток **являются белки**, поэтому нужно каждый день есть продукты, в которых они содержатся. Это творог, мясо, рыба, яйца. Жиры и углеводы нужны человеку каждый день. Кроме того, пища содержит витамины, благодаря которым органы работают слаженно и активно.

Одни продукты дают организму **энергию**, чтобы двигаться, хорошо думать, не уставать (мед, гречка, геркулес, изюм, масло). **Про каши 1 группа сообщение.**

Другие помогают строить организм и делать его более **сильным** (творог, рыба, мясо, яйца, орехи). **3 группа про мясо, рыбу сообщение.**

А третьи □ фрукты и овощи □ содержат много витаминов и минеральных веществ, которые помогают организму, **расти и развиваться** (ягоды, зелень, капуста, морковь, бананы). Детям надо съедать в день 500-600 граммов овощей и фруктов. **2 группа про овощи, фрукты сообщение.**

Не все продукты, которыми мы питаемся, полезны для здоровья. Правильное питание □ условие здоровья, неправильное приводит к болезням. Жиры и углеводы нужны человеку каждый день. Пища содержит витамины, благодаря которым органы работают слаженно и активно.

3 команда выбирает полезные продукты. Мясо, масло, чипсы, фрукты, мороженое, крупы, ягоды, мучные изделия, газированная вода, рыба, шоколад, овощи, конфеты, молочные продукты, варенье.

Для этого их нужно разложить в две вазы. В 1 вазу – полезные для здоровья, а во 2 вазу – вредные.

Меню на обед 1 команда. Суп молочный, торт, пирог с яблоками, борщ, макароны, жареный картофель, тефтели, мороженое, отварное мясо, жареная рыба, рыба с овощами, каша перловая, лимонад, пирожное, кисель, чай, салат из помидор с майонезом, салат из капусты с зелёным луком, хлеб, колбаса, свежие фрукты, шоколад, чока-пай.

Меню на ужин 2 команда.

Рыба, макароны, рис, булочка с маслом, салат из свежей капусты, жареная курица, блины, сыр, яйца жареные, кока-кола, чай, молоко, кефир.

Учитель. Ягоды, фрукты, овощи - основные источники витаминов и минеральных веществ. Большинство витаминов поступают в организм только вместе с пищей.

Вот почему ягоды, овощи и фрукты должны быть в рационе регулярно.

Важно не только то, что мы едим, но и в какое время. Принимать пищу нужно 4-5 раз в день маленькими порциями, ни в коем случае не переедая на ночь.

Правило. Правильно питайся. В правильном питании должна быть умеренность, разнообразие, режим.

<https://learningapps.org/view965744> Полезные продукты

<https://learningapps.org/3845527> Правильное питание

<https://learningapps.org/view3845527> Правильное питание

<https://learningapps.org/view1096359> Ни то и ни это (про овощи фрукты)

Вот мы пришли к **острову «ЗОШ».**

Игра «Да, нет». Дети вместе отвечают.

Здоровье дороже всего на свете. Да

Нужно думать о здоровье в пожилом возрасте. (Нет)

Чтобы не болеть, нужно соблюдать все правила здоровья. Да

Забывая выполнять правила здоровья, мы становимся крепче и сильнее. Нет
Все микробы-враги человека. Да
Микробы есть везде- на земле, в воде, в воздухе. Да
Микробы боятся чистоты. Да
Чистоплотный человек очень любит грязь. Нет
Чистота-первое правило здоровья. Да
Кушать сладкое полезно для здоровья. Нет
Кушать полезно только то, что любишь. Нет
Для здоровья полезно употреблять разнообразную пищу. Да
При приёме пищи её нужно тщательно прожёвывать. Да
Принимать нужно только тогда, когда хочешь есть. Нет
Питаться нужно 5-6 раз в день. Да
Кушать нужно в одно и то же время. Да

Итог занятия.

Так что значит вести здоровый образ жизни?

Вести здоровый образ жизни – это значит постоянно выполнять правила сохранения и укрепления здоровья: соблюдать чистоту, правильно питаться, сочетать труд и отдых, много двигаться, закаляться, не иметь вредных привычек.

Рефлексия

Здоровый человек это человек... (крепкий, сильный, толстый, бледный, неуклюжий, весёлый, ловкий, робкий, красивый, сутулый, румяный, стройный).

Вывешивается портрет человека.

Сегодня на уроке я узнал _____ и сделал для себя вывод, что _____.

Свои пожелания вам я хочу выразить словами из песни Елены Ваенги «Желаю»

Желаю, чтобы все были здоровы,

И чтобы над Вами

Сияло солнце ярче, чем на Мадагаскаре,

Чтоб до 100 лет жили, чтоб горя не знали,

И чтобы Ваши дети Вас радовали.

Самооценка учащихся.

На память о нашем уроке выберите смайлик. Какое настроение в конце урока?

Прикрепите на рюкзаки. Помните: люди, которые улыбаются, меньше болеют и не унывают ни при каких обстоятельствах.

Спасибо за урок.