Мутасьевский филиал

МБОУ Устьинская СОШ

Моршанского района Тамбовской области

**Конспект урока**

**по окружающему миру**

**3 класс**

**(УМК «Перспектива»)**

Учитель: Кечина С.В.

| №  | Параметр | Описание |
| --- | --- | --- |
|  | **Учебный предмет, класс** | Окружающий мир, 3 класс |
|  | **Тема раздела**  | Дом как мир |
|  | **Тема урока** | Что такое гигиена |
|  | **Цель урока** | Познакомить с основными гигиеническими правилами (выработка хорошей осанки, уход за зубами, правильное питание); продолжить работу по воспитанию здорового образа жизни.  |
|  | **Ожидаемый учебный результат** | **Предметные результаты**  | **Универсальные учебные действия**  |
|  |  | Обучающиеся научатся характеризоватьосновные правила гигиены; моделировать в ходе практической работы ситуации по соблюдению правил гигиены; сопоставлять гигиенически правильный и неправильный образ жизни. | *Личностные УУД:*- понимать необходимость выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; давать самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности;*Коммуникативные УУД:* - умение оформлять свою мысль в устной форме; слушать и понимать речь других; участвовать в коллективном обсуждении учебной проблемы; высказывать эмоционально- ценностное отношение к здоровому образу жизни; *Регулятивные УУД:*- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок; работать по предложенному учителем плану;*Познавательные УУД:*- умение перерабатывать полученную информацию: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт. |
|  | **Организация образовательного пространства** | Фронтальная работа, работа в парах, в группах, самостоятельная, практическая работа |
|  | **Оборудование и материалы** | **Для учащихся** |  **Для педагога** |
|  |  | -Учебник «А.А. Плешаков, М.Ю. Новицкая. Окружающий мир. 3 класс.2 часть», 2013г.-Рабочая тетрадь «А.А. Плешаков, М.Ю. Новицкая. Окружающий мир. 3 класс.2 часть», 2013г.-зубная щетка, паста, пластиковые стаканчики | -Учебник «А.А. Плешаков, М.Ю. Новицкая. Окружающий мир. 3 класс.2 часть», 2013г.;-Рабочая тетрадь «А.А. Плешаков, М.Ю. Новицкая. Окружающий мир. 3 класс.2 часть», 2013г.;- Электронное приложение к учебнику;- Компьютер, мультимедийный проектор, экран;- зубная щетка, паста, пластиковые стаканчики, флоссы;- набор продуктов (или карточек с изображением продуктов) |

**Ход урока**

**I Мотивация к учебной деятельности.**

 Придумано кем-то просто и мудро

 При встрече здороваться: - Доброе утро!

 - Доброе утро! Солнцу и птицам!

 Доброе утро! Улыбчивым лицам.

 И каждый становится добрым, доверчивым...

 Пусть доброе утро длится до вечера.

**II Актуализация знаний и постановка учебной задачи**

 - По утрам мы желаем друг другу доброе утро или говорим ….

 - Как вы думаете, в чем заключается значение слова «здравствуйте»?

 - А что такое здоровье?

 - От рождения человек обладает определенными резервами здоровья, а длительность их использования зависит от самого человека, от того, будет ли он выполнять определенные правила, от его образа жизни.

- Узнать тему урока нам поможет вот это определение. Прочитайте запись. Как вы думаете, какое слово закрыто?

*... (от греческого – здоровый) – это область медицины, изучающая влияние условий жизни на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечение оптимальных условий для сохранения здоровья и продления жизни.*

Дети высказывают свои предположения.

-Откуда появилось такое название мы узнаем, прослушав сообщение *(электронное приложение, текст №2)*

- Что нового вы узнали из этого сообщения?

- У Асклепия была еще одна дочь Панацея. Она тоже помогала своему отцу лечить людей. Отсюда и возникло выражение “панацея от всех бед (болезней)”, то есть спасительное средство от хворей и прочих неприятностей.

- Попробуйте сформулировать тему нашего урока. О чем мы будем сегодня говорить?

- Сегодня мы поговорим с вами о том, как сохранить и укрепить свое здоровье. Этому нас научит мудрая медицинская наука «Гигиена»

**III Изучение нового**

- Гигиена - одна из наиболее древних наук. Элементы санитарных правил можно обнаружить в исторических документах древних государств: санитарные правила в законах Древней Индии указывали на необходимость смены белья и одежды, ухода за кожей и зубами, запрещались излишества в еде.

В Древнем Риме существовали водопровод, канализация, знаменитые римские термы (бани-купальни), обеспечивающие условия для гигиены человека.

В Новгороде обнаружены остатки городского водопровода (11 в. – 1000 лет назад), построенного из деревянных труб. Бани для общего пользования устраивались во многих русских городах. В "Домострое" говорилось о правилах хранения готовой пищи, мытья посуды, стирки и смены белья.

 - Сегодня мы рассмотрим некоторые правила гигиены.

*Работа по электронному приложению, текст №3 – о правилах по сохранению правильной осанки.*

- О каких правилах по сохранению осанки вы узнали? Почему необходимо их соблюдать?

-Посмотрите, как выглядит скелет больного человека. Почему от этого будет страдать весь организм?

-Хорошей осанки никогда не будет у того, у кого слабые мышцы. Ведь именно мышцы поддерживают и спину, и плечи, и голову.

*Работа по рассказу А. Дорохова «Молодой старичок»*

*Я знал одного ленивого мальчика. Когда он проходил по коридору мимо моей комнаты, я всегда мог догадаться, кто идет, хотя дверь была закрыта: только он один волочил ноги словно дряхлый старик.*

*А когда он садился за книгу, на него было жалко смотреть. Он не мог сидеть прямо, не сгибаясь, и десяти минут. Сперва подопрет голову одной рукой, потом другой и, в конце концов, ляжет всей грудью на стол. Такая у него была слабая спина.*

 *А почему?*

 *Только потому, что он не любил давать работу своим мышцам. Ребята бегут трудиться – зимой на дворе снег разгребать, весной цветы сажать, осенью – новые деревья, а он всякий раз находит предлог, чтобы увильнуть. Даже на уроках физкультуры он вечно присаживался на скамеечку – у него, мол, на прошлой недели был насморк, и он себя плохо чувствует.*

 *Вот так он и стал молодым старичком.*

-Что бы вы могли посоветовать этому мальчику?

*-Работа с электронным приложением, текст №4 – об укреплении мышц, занятии спортом.*

**IV Закрепление нового *( по данному блоку)***

*Работа в парах по учебнику (с.56-57).*

-Рассмотрите иллюстрации и обсудите их с соседом по парте. Кто в этих парах действует правильно и вырастет здоровым и стройным, а кто неправильно?

 – *Работа по «Рабочей тетради» с.34 №1.* Сформулируйте по рисункам краткие правила по выработке хорошей осанки. Отметьте, какие правила вы выполняете регулярно.

- Верно ли, что вырабатывать правильную осанку можно в любом возрасте?

 Обоснуйте свое мнение.

**VI Физкультминутка**

Физкультминутка проводится с выполнением упражнений по формированию осанки.

- Проверить свою осанку можно прислонившись к стене. При правильной осанке должно быть 4 точки касания: голова, лопатки, ягодицы, пятки.

1.И.П. – стоя, ноги вместе, руки на затылке, локти в стороны. Ходьба на носках с высоким подниманием коленей («цапля»).

2.И.п. – стоя, ноги на ширине плеч. Подняться на носки, руки через стороны медленно поднимаются вверх, потянулись за руками («деревья выросли большие)

 3. Приседания с книгой на голове (ходьба с книгой на голове)

**VII Изучение нового**

- Познакомимся со вторым правилом *(работа с электронным приложением, текст №5-как ухаживать за зубами)*

- Какие правила ухода за полостью рта необходимо соблюдать?

- Вы согласны с тем, что не важно, как именно чистить зубы, главное – чистить?

*Практическая работа «Как правильно чистить зубы»*

(Если в классной комнате имеется водопроводный кран, то проводится чистка зубов с последующим полосканием. В этом случае дети должны принести в класс зубную пасту, щётку и пластиковые стаканчики. Если водопровода в классной комнате нет, то

чистка зубов проводится как имитация.)

- Чистить зубы нужно правильно. Чистить зубки нужно так, как будто вы их подметаете. Верхние зубы вы чистите подметающими движениями сверху вниз (чтобы грязь не забивалась под десну, а выметалась наружу), а нижние - снизу вверх. Обязательно нужно не забывать про внутреннюю поверхность зубов, которую сложнее вычищать, чем наружную. В конце чистки нужно очистить жевательную поверхность всех зубов круговыми движениями.

И обязательно нужно почистить боковые поверхности зубов, для этих целей существуют специальные зубные нити - флоссы.

*-Практическая работа «Правила пользования зубной нитью» (по инструкции «Рабочая тетрадь. 1 часть» с.35 №3)*

**VIII Закрепление нового *( по данному блоку)***

*- Работа в группах. «Мозговой штурм»*

Обсудите высказывания:

- Чем больше щетка, тем лучше ей чистить зубы.

- Если есть зубная щетка, то жидкость для полоскания рта уже не нужна.

- Необходимо чистить не только зубы, но и язык.

- Семье из 3 человек достаточно иметь 1 зубную щетку.

Высказывания детей.

**IХ Изучение нового**

- Познакомимся с третьим правилом. Оно относится к питанию.

Как вы думаете, для чего мы едим?

-Мы едим для того, чтобы жить. Пища - это необходимый для организма источник жиров, белков, углеводов, витаминов, минералов, микроэлементов. Словом, всё то, что позволяет нашему организму выполнять свойственные функции.

- Послушаем стихотворение (рассказывает ученик)

Человеку нужно есть,

Чтобы встать и чтобы сесть,

Чтобы прыгать, кувыркаться,

Песни петь, дружить, смеяться.

Чтоб расти и развиваться

И при этом не болеть,

Нужно правильно питаться,

Организм свой пожалеть.

Я думаю, вы без сомнения знаете,

Что пользу приносит не все, что съедаете.

Запомним и всем объясним очень ясно:

Желудок нельзя обижать понапрасну.

- Прочитайте пословицы.

*Ешь правильно - и лекарство не надобно.*

*Лакомств тысячи, а здоровье одно.*

- Как вы их понимаете?

- О том, как нужно правильно питаться прочитайте в *учебнике на с.58-59*

Дальнейшее изучение материала организуется в виде игры «Интервью: дети читают про себя текст и по этому тексту придумывают вопросы, которые задают учителю. Учитель отвечает на вопросы детей, несколько расширяя информацию учебника.

 Например, говоря о сладком, можно сообщить, что сахар является основным питанием для клеток головного мозга, поэтому без сладкого нельзя обходиться людям, которые занимаются умственным трудом. Но излишек сахара вызывает полноту. Шоколад вызывает чувство удовольствия, повышает настроение и работоспособность. Поэтому лётчикам и полярникам, работающим в суровых условиях, выдают шоколад.

Особо следует остановиться на режиме питания, потому что многие дети не успевают или не любят завтракать, что является одной из причин развития школьных гастритов, сонливости и даже обмороков.

- Нашему организму необходима пища и растительного, и животного происхождения. Какая пища относится к растительной? Что значит «пища животного происхождения»?

**Х Закрепление нового *(по данному блоку)***

*Выполнение задание по электронному приложению (распределить продукты на группы: животного происхождения и растительного происхождения)*

*Практическая работа в группах.*

Из имеющихся продуктов выбрать те, которые полезно есть часто. (Среди предложенных продуктов необходимо положить молочные продукты с длительным сроком хранения. В последствии поясняется, почему эти продукты не очень полезны)

 - Вы положили в корзину молочные продукты. Почему они полезны?

- Действительно, эти продукты содержат кальций, который необходим для укрепления костей, но при покупке продуктов необходимо обращать внимание еще и на состав, который пишут на упаковке.

***Дополнительная информация***

Сегодня в продукты питания добавляют натуральные или искусственные (химические) вещества. Их называют пищевыми добавками. Пищевые добавки - это вещества, которые никогда не употребляются самостоятельно, а вводятся в продукты питания при изготовлении.

Это обычный и дешевый метод придать продукту симпатичный вид и цвет, усилить вкус и аромат, также продлить срок его хранения, что необходимо для транспортировки.

На товарах пищевые добавки маркируются буквой « Е» и обозначаются трехзначным числом. Например, запись « Е 100 - Е 182» обозначает, что в пищу добавлены красители. Практически все пищевые добавки наносят непоправимый вред твоему здоровью!

Некоторые добавки могут вызвать кожные высыпания, расстройство желудка, некоторые очень опасны и их употребление может привести к серьезным заболеваниям. Есть добавки, которые являются очень токсичными, их использование в пищевых продуктах запрещено.

Сами по себе творожки и йогурты полезны, но часто в них добавляют загустители и консерванты для длительного хранения, поэтому есть такие продукты часто нежелательно.

 Очень вредными для здоровья считаются газированные напитки «Сoca-Cola», «Pepci-Cola», жевательные резинки, чипсы, сухарики.

**ХI Рефлексия учебной деятельности**

- Глядя на иллюстрации (электронное приложение, текст№10) сделайте вывод по сегодняшнему уроку.

- Какую пользу вы получили от урока?

**ХII Домашнее задание**

- Рабочая тетрадь с. 37 (составление меню).

- Изучить состав (на упаковке) 3-4 продуктов. Содержат ли они «Е» добавки, в каком количестве?