Тема: Здоровье в наших руках

Цели: дать возможность учащимся больше узнать о сохранении природного здоровья; формирование образа жизни,  способствующего укреплению здоровья; пропагандировать здоровый образ жизни.

Ход урока:

-Сегодня урок у нас не простой. Мы будем учиться работать в группах. Как вы думаете, какие правила надо соблюдать при работе в группе?

-Всем известна пословица : Деньги потерял-ничего не потерял, время потерял-много потерял, здоровье потерял – все потерял! Почему так говорят?

-Кто догадался , какая тема нашего урока сегодня?

- Что такое здоровье?

-Сегодня мы должны выяснить это, вспомнить компоненты здоровья, выяснить, что же мешает человеку быть здоровым.

-Ребята, от чего человек может заболеть? Чтобы зараза и микробы не попали к нам в организм, что надо делать?

- Сколько раз в день надо мыть руки? А только ли руки надо мыть?

-А как называется раздел медицины, изучающий, как сохранять здоровье? (Гигиена)

- А если у человека болит зуб, это здоровый человек?

От чего же могут заболеть зубы? То есть вы считаете, человек должен правильно питаться и соблюдать гигиену? А что же значит ПРАВИЛЬНАЯ ПИЩА?

**Задание в группах «Что разрушает здоровье, что укрепляет»** В конверте №1 у вас есть карточки со словами, вы должны их наклеить на большой лист под знаками + и -. Если вы считаете, что этот продукт полезный, то под знак + клеим, если этот продукт не укрепляет здоровье, то под знак -.

Вывод!!! Все ли продукты питания укрепляют здоровье? Почему?

-Вот ребята, вы сказали, чтобы зубы не болели, надо чистить зубы. Как часто надо это делать? Чем надо чистить зубы? Сколько минут? Можно ли одной щеткой всей семье чистить зубы? Почему?

**Задание в группах** У вас есть конверт №2. В них есть картинки, которые вы должны наклеить на большой лист в пакет. Какие есть предметы, которым нельзя делиться с другими людьми, то есть предметы личной гигиены.

- Я вам хочу рассказать об одном ученике.

Жил мальчик Алеша Иванов. Были у него мама, папа, две бабушки и тетя. Они его обожали. Алеша ложился спать когда захочет, спал до обеда. Просыпался и широко раскрывая рот, зевал. А тетя в это время ему в рот вливала какао. А две бабушки протягивали пирожное. А папа старался развлекать его в это время. А мама бежала в магазин, что купить Алешеньке подарочки. Вот так жилось Алеше. У него было очень – очень много всяких игрушек, машинок, альбомов и всего – всего. Они ему так надоели, что он их выкидывал в окно, прямо на прохожих. А в это время родители делали за него домашние задания. В школу Алеша постоянно опаздывал.

- Как вы думаете, почему?

- А что надо делать, чтобы не опаздывать в школу? (Соблюдать режим дня)

Что же это такое?

Режим дня- правильная организация дня.

- А как вы понимаете такую пословицу: Движение- жизнь.

- Для чего надо заниматься спортом? Давайте и мы с вами тоже будем чередовать умственную деятельность с отдыхом. **Физкультминутка**

**Задание в группах.** А следующее задание вы опять выполните в группах. Вам нужно собрать 3 пословицы. Первая часть пословицы на белой бумаге, вторая часть на цветной.

- Ребята, вы отлично справились со всеми заданиями, кто догадался, для чего прочерчена строчка на верху нашего листа? Осталось нам озаглавить наши проекты. Я приготовила несколько заголовков, а вы выберите сообща одно название и впишите его маркерами или фломастерами.

ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ

ЗДОРОВЬЕ В ТВОИХ РУКАХ

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ.

- А теперь скажите, пожалуйста, из каких же компонентов состоит здоровье? Что надо делать, чтобы быть здоровым?

- Ребята, оцените свою работу. Для этого наклейте смайлики.