

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Мгинская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы для детей с нарушениями зрения»
187300, Ленинградская область, Кировский район, п. Мга, шоссе Революции, д. 58
Вершинина Людмила Васильевна, учитель начальных классов
Афанасьева Лилия Михайловна, тьютор



Конспект урока во 2 «б» классе «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!»



Учитель, должность:
Вершинина Л.В., учитель начальных классов,
Афанасьева Л.М., тьютор

п. Мга
2020 г.

Тема урока: «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!»

Предмет: «Мир природы и человека»

Контингент: обучающиеся 2 класса, имеющие умственную отсталость (интеллектуальные нарушения) и нарушения зрения.

Цель: создание условий для обобщения и закрепления знаний по теме «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!»

Задачи:

коррекционно-развивающие:

- способствовать развитию слухового восприятия и внимания путём выполнения игровых заданий;
- коррекция и развитие связной устной речи;
- развивать познавательный интерес детей;
- общительность и коммуникабельность;
- индивидуальность и фантазию;

воспитательные:

- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;

образовательные:

- способствовать расширению представлений о здоровом образе жизни;
- выявление творческого потенциала обучающихся;
- систематизировать и анализировать полученную информацию.

Виды деятельности: игровая, продуктивная, двигательная.

Интеграция образовательных областей: социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно - эстетическое развитие, физическое развитие.

Предварительная работа:

- беседы: «Что такое здоровье?», «Спорт-здоровье, спорт-игра», заучивание стихотворений,
- чтение художественных произведений С. Маршак «Мойдодыр»;
- дидактические игры: «Режим дня», «Продукты питания, витамины», «Верите ли вы?»;
- рисунки детей;
- подготовка викторины;

Словарная работа: здоровье, продукты питания, режим дня, памятка.

Материалы и оборудование: ноутбук, экран, презентация «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», физкультминутка, зрительная физминутка «Солнышко на лугу», презентация «Мой режим дня», карточки с заданиями, картинки с изображением продуктов питания, плакат «Дерево настроения», фишки-яблочки.

Ход урока:

1. Мы приветствуем гостей

Дорогих учителей.

Второй класс, второй класс

Пригласил сегодня Вас.

Пожелаем всем удачи -

За работу! В добрый час!

С.Я. Маршак

Желаю вам цвести, расти,

Копить, крепить здоровье!

Оно для дальнего пути –

Главнейшее условие!

Пусть каждый день и каждый час

Вам новое добудет,

Пусть добрым будет ум у вас,

А сердце умным будет.

Вам от души желаю я,

Друзья, всего хорошего.

А всё хорошее, друзья,

Дается нам недёшево.

2. Учитель предлагает ученикам прослушать легенду.

«Давным-давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали боги решать, каким должен быть человек. Один сказал: - «Человек должен быть сильным», другой сказал: - «Человек должен быть здоровым», а третий сказал: - «Человек должен быть умным».

Но один из богов возразил: - «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам!»

И решили боги спрятать главное, что есть у человека – его здоровье.

Стали думать, решать, куда бы его спрятать? Одни предлагали – в глубокое море, другие - за высокие горы. А один из богов сказал: - «Здоровье надо спрятать в самого человека».

Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье.

Да только не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов.

После прослушивания учитель проводит беседу с детьми, задавая вопросы по тексту.

3. Учитель: «Ещё раз здравствуйте, ребята! Это значит, что я всем желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека - это самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье только тогда, когда его теряем!

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Мгинская школа-интернат,
реализующая адаптированные образовательные программы для детей с нарушениями зрения»
187300, Ленинградская область, Кировский район, п. Мга, шоссе Революции, д. 58
Вершинина Людмила Васильевна, учитель начальных классов
Афанасьева Лилия Михайловна, тьютор

Итак, давайте улыбнёмся и скажем друг другу: - «Здравствуйте!». Какое пожелание передали мы друг другу? (Ответы учеников)

Да, мы пожелали друг другу доброго здоровья.

4. Сообщение темы и цели урока: - послушайте внимательно (учитель):

- Его не купишь ни за какие деньги.

- Здоровью нет цены.

- В здоровом теле – здоровый дух!

Учитель: - Ребята, вы догадались, о чём пойдёт речь на нашем уроке?

Дети: - о здоровье.

Учитель: - Верно, о ценности здоровья. Тема сегодняшнего урока: «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!» Поговорим о том, почему надо ценить своё здоровье. Наше здоровье - в наших руках. И чем больше мы будем знать о том, что может сделать нас нездоровыми - тем лучше сумеем защитить себя и своих близких от непрошенного вторжения в нашу жизнь.

Хорошее здоровье достигается с помощью двигательной активности, полезного питания, закаливания организма, общей гигиены, разумного сочетания умственного и физического труда.

5. Я вам загадаю загадки о здоровье, а вы попробуйте их отгадать:

Загадки о здоровье

Чтобы сил тебе хватило:

Бегать, прыгать и играть,

В самый полдень на кроватьку

Нужно лечь и отдыхать.

Это значит, что у нас

По режиму... (тихий час).

Позабудь ты про компьютер.

Беги на улицу гулять.

Для детей полезно очень

Свежим воздухом... (дышать).

Болець мне некогда, друзья.

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье... (спорт)

Хоть ранку щиплет он и жжёт

Отлично лечит - рыжий... (йод)

Не везёт сегодня Светке -

Врач дал горькие ... (таблетки)

Я под мышкой посижу
И что делать укажу:
Или уложу в кровать,
Или разрешу гулять... (градусник)

Мною можно умываться.
Я умею проливаться.
В кранах я живу всегда.
Ну, конечно, я - ... (вода)

Очень горький - но полезный!
Защищает от болезней!
И микробам он не друг,
Потому что это - ... (лук)

6. А теперь переходим к игре...

Игра: «Что разрушает здоровье, а что его укрепляет».

На картинках изображены продукты – полезные и вредные. *(Детям предложен набор продуктов: рыба с овощами, кефир, яблоки, морковь, торт, чипсы, фанта.)*

- Выберем продукты и узнаем, какие из них полезны для здоровья, а какие вредны. Объясните свой выбор. Теперь вы знаете, что важно для здоровья, а что не очень... Помните, что еда должна быть полезной.

- А что ещё, как вы думаете, необходимо для поддержания здоровья? Ну, конечно же, режим дня.

7. Карточки с названием режимных моментов. Вы должны их разложить по порядку. Прочтите, какие карточки у вас есть.

| | | | |
|-------------------|---------|---------|-----------------|
| Подъём | Умыться | Зарядка | Одеться |
| Застилать постель | Завтрак | Школа | Обед |
| Прогулка | Уроки | Ужин | Свободное время |
| Сон | | | |

Дети работают совместно. Раскладывают и называют карточки по порядку.

| | |
|----------------------|-------------|
| 1. Подъём | 7. Школа |
| 2. Умыться | 8. Обед |
| 3. Зарядка | 9. Прогулка |
| 4. Одеться | 10. Уроки |
| 5. Застилать постель | 11. Ужин |

| | |
|------------|--------------------------------|
| 6. Завтрак | 12. Свободное время 13. Сон |
|------------|--------------------------------|

8. Учитель: «Максим приготовил для нас презентацию на тему: «Мой режим дня» (показ презентации).

Запомните, что надо вставать и ложиться в одно и то же время. В одно и то же время кушать, делать уроки, гулять. Если вы будете каждый день ложиться спать в разное время и в разное время вставать, то будете или пересыпать (опаздывать в школу), или не высыпаться. А значит, плохо себя чувствовать, быстро уставать, на уроках не понимать то, что я вам буду объяснять.

А знаете, почему надо всё в одно и то же время делать?

Дети: - Чтобы быть здоровыми.

Отдых и сон нам очень нужны, расти и учиться помогут они.

- Давайте и мы с вами немного отдохнём.

9. Зрительная физминутка «Солнышко на лугу».

Учитель: Верите ли вы, что это полезные советы?

Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо.

Это глупое занятие не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо.

Так зачем же тратить силы, время попусту терять?

Если твой сосед по парте стал источником заразы,

Обними его - и в школу две недели не пойдёшь.

Когда, открыв аптечку, ты найдешь таблетки там,

Не привередничай, бери и кушай всё подряд,

Пусть похвалит мама твой прекрасный аппетит...

Учитель: *Согласны ли вы с этими словами? Нужно ли так поступать*

Дети: *нет.*

Вы уже многое узнали о том, как сохранять и укреплять свое здоровье. А теперь поиграем в игру, проведём для вас викторину.

10. Презентация. Интерактивная викторина на тему: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» (предлагается 10 вопросов в стихотворной форме, ученики должны выбрать правильный ответ).

Учитель: - Люди с самого рождения жить не могут без движения. Движение – это жизнь. Пришло время немного подвигаться.

11. Двигательная физминутка. Смотрите на экран и повторяйте движения.

12. Заключительная часть. Подведение итогов урока.

Учитель:

– Интересно было на уроке? Какой теме был посвящён урок?

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Мгинская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы для детей с нарушениями зрения»
187300, Ленинградская область, Кировский район, п. Мга, шоссе Революции, д. 58
Вершинина Людмила Васильевна, учитель начальных классов
Афанасьева Лилия Михайловна, тьютор

- Как понять значение слов «здоровый образ жизни»?
- Что нового вы узнали из сегодняшнего урока?
- Пригодятся ли вам знания?

Оценка мероприятия: на стенде плакат с изображением дерева, детям раздаём «яблочки» зелёные и красные. Если довольны проведённым мероприятием – «вешаем» на крону красное «яблочко», если нет – зеленое.

Все молодцы! Отлично справились с заданием. А это для вас памятка – Режим дня. Соблюдайте его! Будьте здоровы!

Памятка

- ❖ Ежедневно вставайте в одно и то же время. Делайте зарядку.
- ❖ Утром умывайтесь.
- ❖ Чистите зубы. Вымойте уши и шею.
- ❖ Приучайтесь обтираться после зарядки до пояса водой комнатной температуры.
- ❖ Всегда мойте руки перед едой, после прогулки, работы.
- ❖ После посещения туалета.
- ❖ Перед сном умывайтесь, хорошо проветривайте комнату.

Домашнее задание: составить свой режим дня.

Заключение:

Мы открыли вам секреты
Как здоровье сохранить.
Выполняйте все советы
И легко вам будет жить!

Спасибо за внимание, до свидания, друзья, до новых встреч! На этом наш урок заканчивается. Давайте пожелаем здоровья друг другу и будем помнить то, о чём мы сегодня говорили.

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Мгинская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы для детей с нарушениями зрения»
187300, Ленинградская область, Кировский район, п. Мга, шоссе Революции, д. 58
Вершинина Людмила Васильевна, учитель начальных классов
Афанасьева Лилия Михайловна, тьютор

Фотоотчёт



Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Мгинская школа-интернат,
реализующая адаптированные образовательные программы для детей с нарушениями зрения»
187300, Ленинградская область, Кировский район, п. Мга, шоссе Революции, д. 58
Вершинина Людмила Васильевна, учитель начальных классов
Афанасьева Лилия Михайловна, тьютор