|  |  |
| --- | --- |
| Технологическая карта внеурочного занятия с использованием технологии продуктивного чтения:  «Если хочешь быть здоров» | ***Цель занятия***:  формирование правильного представления о здоровом образе жизни  ***Задачи:***  ***Личностные:***  -воссоздать комфортные условия для работы в классе,  -развивать познавательную мотивацию, наблюдательность,  -развивать мышление, внимание, умение высказывать свои мысли;  ***Предметные:***  - раскрыть понятия «здоровье», «режим дня»;  - узнать слагаемые успеха на пути к здоровью;  - повторить правила зож;  ***Метапредметные:***  -проанализировать поставленную задачу и те условия, в которых она должна быть реализована,  -оценить правильность выполнения познавательной задачи, свои имеющие возможности ее достижения;  ***Регулятивные:***  -способность преодолевать возникшие препятствия и конфликты,  -способность предположить результат и его характеристики;  ***Познавательные:***  -определение логических рассуждений,  -контроль и оценка процесса и результатов деятельности;  ***Коммуникативные:***  -способность полно и точно выражать свои мысли,  -адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи. |

Ход занятия:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы | Деятельность учителя | Деятельность ученика |
| 1. Организационный этап | - Давайте улыбнемся друг другу, я очень рада вас видеть. Желаю вам отличной работы, чтобы наше занятие прошло интересно и мы справились со всеми заданиями. | Приветствие с учителем |
| 2. Основ-ная часть  **1. Работа с текстом до чтения**    **2. Работа с текстом во время чтения**  **3. Работа с текстом после чтения** | - Ребята, часто мы слышим слова «Здравствуйте!», «Будьте здоровы!». Слово «Здравствуйте» означает пожелание здоровья другому. О здоровье мы слышим от родителей, учителей, друзей и т.д. Так что же такое здоровье?  - Я загадаю вам загадку, а вы ее внимательно послушаете и попробуете отгадать: «Это то, что дается нам при рождении, чего никогда нигде не найти и не купить, но легко можно потерять».  - Давайте подумаем, о чём мы будем говорить на сегодняшнем занятии?  - Совершенно верно, ребята. Тема нашего занятия: «Если хочешь быть здоров». | **Здоровье** – **это** состояние полного благополучия, отсутствие болезней.  здоровье  О здоровье, зож |
| - Ребята, здоровье – это самое дорогое, что есть у каждого человека. Сегодня мы поговорим о том, как сохранить свое здоровье, укрепить и улучшить его.  - Посмотрите на доску. Какой цветок вы увидели? Перед вами «Ромашка». Каждый ее лепесток – слагаемое успеха на пути к здоровью. На протяжении всего занятия мы с вами попробуем раскрыть все лепесточки и узнать, что же нам нужно делать для того, чтобы быть здоровыми.  - Давайте поближе познакомимся с этими слагаемыми успеха.  Помогите мне ответить на вопросы:  1) Люди с самого рождения  Жить не могут без …  - Совершенно верно, ребята. Первое слагаемое успеха – это движение. Ребята, что же такое движение?  - Движение – это ходьба, бег, упражнения, занятия спортом.  - Как вы считаете, для чего нужно заниматься спортом?  - Занятия спортом помогают нам поддерживать свое тело в тонусе, сохраняют здоровье.  - Какие виды спорта вы знаете?  - Сейчас мы с вами поиграем в **игру «Самый спортивный».**  Я подготовила для вас карточки с различными видами спорта.  - Кто-то из вас у доски, без слов, будет показывать вид спорта, ваша задача отгадать. Спрашивать буду только по поднятой руке. Давайте попробуем.  - Отлично поработали. Возвращаемся к нашей ромашке, какое слагаемое успеха, мы с вами обсудили?  - Хорошо, двигаемся дальше. Послушайте стихотворение.  2) Я гулять иду – в платке,  В тёплых рукавицах.  Кошка Мурка – налегке,  Ветра не боится.  И зимой она, и летом  Всюду ходит босиком,  И при всём, при всём при этом  Грипп ей вовсе не знаком.  И ангины нет у кошки,  И бронхита тоже нет,  Потому что закаляться  Начинала с детских лет.  (Белова Бэла)  - Ребята, скажите, для чего нужно закаливать свой организм?  - Как вы считаете, какое слагаемое успеха скрывается в лепестке?  - Я предлагаю вам запомнить **три главных правила закаливания.**  1. **Постоянство.** Закаливание приносит только тогда результаты, когда процедуры проводятся регулярно, вместе с зарядкой, играми на свежем воздухе.  2. **Поэтапность.** Переход к интенсивному закаливанию необходимо производить постепенно. При неправильных и быстрых переходах, есть шансы заболеть.  3. **Хорошее здоровье.** Закаляться нужно тогда, когда вы уверенны, что не больны, нет даже малейшего недомогания.  - Итак, кто запомнил, три главных правила закаливания и сможет нам повторить?  - Спасибо. Ребята, а теперь, я предлагаю отдохнуть, выполним физминутку для глаз.  Ночь. Темно на улице. Надо нам зажмуриться  (глазки закрываем)  Раз, два, три, четыре, пять  Можно глазки открывать.  Снова до пяти считаем,  Снова глазки закрываем.  Раз, два, три, четыре, пять  Открываем их опять.  А теперь всем вместе **нужно**  Поморгать глазами дружно.  Вправо - влево посмотрите,  Вниз и вверх все поглядите.  - Отлично! | Ромашку  движения  Лыжи, теннис, футбол  Футбол  Теннис  Баскетбол  Лыжи  Плавание  Коньки  Движение  Полезно для здоровья, укрепляет организм  Закаливание  Выполняют физминутку |
| - Ребята, давайте посмотрим, какое же у нас следующее слагаемое успеха? Прочитайте.  - Сейчас мы поработаем в группах. Какие правила работы в группе вы знаете?  **Работа в группах с заданиями «Польза и вред»** - У каждой группы есть картинки с различными продуктами.  - Ребята, посовещавшись друг с другом, вам нужно определить, какие продукты вредные, а какие полезные. Можете приступать к работе.  - Давайте проверим, что у вас получилось. Есения, повесит картинки с полезными продуктами, а Егор, с вредными продуктами.  - Ребята, посмотрите внимательно на эти два столбика. Как вы считаете, какой подходит нам? - А как вы думаете, почему?  - Спасибо. Смотрим на нашу ромашку. Какие составляющие успеха, мы уже с вами обсудили?  -  Отлично! Ребята, хорошо воспитанному человеку и скучать-то некогда. Ведь он живет по строгому распорядку и делает все самостоятельно.  - Сейчас я хочу пригласить к доске Василису. Василиса хочет прочитать для вас стихотворение, она очень готовилась, слушайте внимательно.  Кто жить умеет по часам И ценит каждый час, Того не надо по утрам Будить по десять раз. И он не станет говорить, Что лень ему вставать, Зарядку делать, руки мыть И застилать кровать. Успеет он одеться в срок, Умыться и поесть, И раньше, чем звенит звонок, За парту в школе сесть.  - Спасибо, Василиса, очень красиво прочитала стихотворение. - Ребята, как же называется такой строгий распорядок, которому мы следуем в течение дня?  **-** Правильно, следующее слагаемое успеха на пути к здоровью – это режим дня. А, что такое, режим дня?  - Режим дня – это правильное распределение по времени сна, питания, труда, отдыха, личной гигиены и многое другое.  - А скажите, пожалуйста, почему важно соблюдать режим дня?  - Давайте продолжим **работать в группе**. На столах у вас лежат пункты примерного режима дня, но они перемешались. Посовещавшись в группах, попробуйте собрать верный режим дня.  - Тимофей, озвучь режим дня, который у вас получился.  - Во всех ли группах получился, такой режим дня?  - Ребята, режим дня, который вы прочитали - примерный. Он может немного меняться. Самое главное, чтобы вы старались ложиться и просыпаться в одно и тоже время, правильно питались и верно чередовали время для труда и отдыха.  - А сейчас я прочитаю вам небольшой рассказ, который называется: **«Один день из жизни мальчика Феди».**  - По названию, предположите, о чем может быть этот рассказ?  - Можно ли узнать из названия, кто будет героем произведения?  - Начинаем читать. «Один день из жизни мальчика Феди».  Утром Федя чинил велосипед, потому что на велосипеде лопнула шина.  - Что такое шина?  С починкой велосипеда Федя справился успешно, и днем пошел гулять с собакой по кличке Рекс. Федя и Рекс погуляли в парке, поиграли в мяч. Подойдя к дому, бабушка попросила помочь Федю посадить лилии, внук, конечно же согласился.  - Что такое лилии? Какого цвета бывают лилии?  Наступил вечер, придя домой, Федя забыл помыть руки. Вскоре мама позвала сына обедать, и он сел за стол с грязными руками. На следующий день Федя не смог идти в школу.  У него очень сильно болел живот.  - Итак, ребята, вы послушали рассказ «Один день из жизни мальчика Феди».  - Кто был главным героем произведения?  - Каких героев рассказа, вы еще запомнили?  - Ребята, расскажите, почему у мальчика заболел живот?  - Какие руки были у Феди?  - Что может попасть в организм человека вместе с грязью?  - Одна из причин болезней живота — грязные руки. Чтобы вы посоветовали Феде?  - Обязательно нужно соблюдать правила гигиены, не забывать мыть руки после прогулки, перед едой. Мы с вами раскрываем последний лепесточек нашего цветка – это личная гигиена.  - Давайте ребята вспомним, какие бывают предметы гигиены.  - Отгадайте загадки:  1) Гладко, душисто,  Моет всех чисто (мыло)  2) Мягкое, пушистое,  То, чем вытираются (полотенце)  3) Лег в карман и караулю  Рёву, плаксу и грязнулю.  Я утру потоки слёз,  Не забуду и про нос. (Носовой платок.)  4) Она у каждого своя, Чужую брать никак нельзя. Она почистит зубы ловко, Волшебница — зубная…  - Молодцы! Как называются, все эти предметы?  - Сейчас я буду называть советы, но не все эти они полезные. Если вы считаете, что совет верный, хлопните 1 раз. Если совет вредный, не хлопаем, сидим красиво, молча.   * Проветривай почаще комнату. * Перед сном почисти зубы. * Ешь побольше конфет и шоколада. * Занимайся спортом и физкультурой. * Соблюдай режим дня. * Ложись спать, когда захочешь, чем позднее-тем лучше. * Никогда не мой – руки перед едой.   - Вы были очень внимательны, молодцы!  - Ребята, давайте посмотрим на нашу ромашку. Все ли слагаемые успеха на пути к здоровью мы с вами обсудили?  - Давайте еще раз их проговорим.  - Если хочешь быть здоров, надо: Двигаться,  Закаляться,  Правильно питаться, соблюдать режим дня и соблюдать правила личной гигиены. | Правильное питание  Повторяют правила работы в группе  Распределяют продукты  Столбик с полезными продуктами  Движение, закаливание, правильное питание  Режим дня  Ответы детей  Подъем  Умываемся  Чистим зубы  Зарядка  Завтрак  Одеваемся  Учеба в школе  Обед  Делаем уроки  Отдых  Ужин  Чистим зубы  Сон  Мальчик Федя  Резина на колесе  Растения  Рыжие, белые  Федя  Бабушка, Мама, Рекс  Не помыл руки  Грязные  Микробы  Мыло  Полотенце  Носовой платок  Щетка  Предметы гигиены  Да  Да  Нет  Да  Да  Нет  Нет  Двигаться,  Закаляться,  Правильно питаться, соблюдать режим дня и соблюдать правила личной гигиены |
| 3. Заклю-читель-ный | - А наше занятие, подошло к концу. О чем мы говорили на занятии? Что вы узнали?  - Замечательно. Сейчас, оцените себя. Если вы активно работали на занятии, и у вас всё получилось, покажите 5 пальцев. Если вы работали, но, были затруднения, покажите 4 пальца. Если у вас совсем ничего не получилось и вам было трудно, 3 пальца. Вижу, спасибо, руки опустите.  - Сели красиво. Наше занятие окончено.  **Если осталось время.** На столе у вас лежат листочки. Предлагаю каждому из вас нарисовать правило здорового образа жизни, которое вам запомнилось больше всего. Потом все рисунки мы соберем в папку, будем рассматривать и не забывать, какие правила зож нужно соблюдать. | О здоровом образе жизни  Оценивают себя |