**Конспект занятия на региональный этап Всероссийского конкурса**

**«Учитель здоровья России - 2024»**

по курсу внеурочной деятельности «Орлята России», трек «Орленок - спортсмен», 3 класс

**Тема: «Путешествие - способ ведения активного образа жизни. Движение – жизнь»**

Севастополь, 2024

**Тип занятия:** закрепления знаний и способов действий (комбинированное занятие).

**Цель:** формирование представления о путешествиях, как основном варианте ведения активного образа жизни.

**Задачи**

* Образовательные: расширить кругозор обучающихся, обеспечить понимание необходимости вести активный образ жизни, актуализировать знания о компонентах здорового образа жизни.
* Развивающие: способствовать развитию познавательного интереса к путешествиям.
* Воспитательные: воспитывать стремление к активному образу жизни, как залогу здоровья.

**Планируемые результаты**

* Личностные: у обучающихся будет сформировано понимание необходимости вести активный образ жизни для сохранения здоровья, интерес к новому материалу.
* Предметные: обучающиеся ознакомятся с понятием «турист», с новыми туристическими маршрутами Крыма, получат возможность систематизировать знания о природе нашего края и правила безопасного поведения.
* Метапредметные*:*
* *коммуникативные*: уметь работать в группе, общаться со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, выполняя различные роли в группе, признавать возможность существования различных точек зрения и иметь свою.
* *познавательные*: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и полученную информацию на уроках и занятиях по внеурочной деятельности, перерабатывать полученную информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую, делать выводы в результате совместной деятельности классного коллектива, пополнить словарный запас.
* *регулятивные*: принимать и сохранять поставленную задачу, осуществлять поиск средства для ее достижения, работать в соответствии с планом.

**Место проведения: учебный кабинет.**

**Оборудование:**

- мультимедийное оборудование.

Наглядный материал:

- видеоролик, мультфильм (фрагмент) «Мы за здоровый образ жизни!»;

- мультимедийная презентация.

Раздаточный материал:

- сундучки с реквизитом;

- конверты с карточками для групп;

- шаблоны дневников;

**Использованная литература:**

1. <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-u-shkolnikov-zdorovogo-obraza-zhizni-v-usloviyah-obrazovatelnogo-uchrezhdeniya>
2. <https://infourok.ru/statya-na-temu-formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-detej-mladshih-shkolnikov-6141159.html>
3. https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-u-mladshih-shkolnikov-sredstvami-urochnoy-i-vneurochnoy-deyatelnosti
4. <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-sredstvami-aktivnogo-turizma-i-kraevedeniya>
5. <https://cyberleninka.ru/article/n/sport-i-aktivnyy-turizm-zalog-zdorovogo-obraza-zhizni>
6. <https://med-prof.ru/patsientam/poleznye-materialy-dlya-naseleniya/fizicheskaya-aktivnost/turizm-i-zdorove-cheloveka/>

**Ход урока**

1. **Организационный этап.**
2. Дети работают в груп*па*х по 4 человека.
3. Распределены роли: Орленок-капитан, Орленок-инструктор, Орленок-хранитель времени, Орленок-организатор досуга.
4. Приветствие учителя.
5. Обучающиеся здороваются друг с другом, ориентируясь на карточку-картинку.
6. **Актуализация знаний. Мотивационный этап.**
7. *Учитель*:

- Жизнь невозможна без движения. Как вы понимаете эту фразу, почему так говорят?

Ответы детей.

1. *Учитель*:

- Какие движения мы совершаем каждый день?

Ответы детей.

1. Работа в группах (Орленок-капитан каждой группы показывает одно движение, остальные повторяют)
2. Задание. Собрать пословицы.

Содержание задания: каждая группа собирает пословицу, опираясь на первое слово на карточке определенного цвета, прикрепляет на доску. Орленок-капитан организует процесс, Орленок-хранитель следит за временем. Возвращаются на места.

1. Проверка выполненной работы.

Орлята-капитаны каждой группы читают пословицы.

Пешком ходить — долго жить.

Двигайся больше – проживешь дольше.

Спорт и туризм укрепляют организм.

В здоровом теле – здоровый дух.

Итог этапа занятия (подготовительная работа к постановке цели, задач, темы урока).

а) Обсуждение пословиц.

*Учитель*:

- Что объединяет пословицы?

Ответы детей.

- Для чего оно необходимо?

Ответы детей.

- О чем мы будем говорить на уроке?

Обобщение ответов детей учителем.

- О движении.

б) *Учитель*:

- Давайте вспомним, что еще необходимо, чтобы быть здоровым? – посмотрим мультфильм.

- О каких составляющих ЗОЖ вы знаете?

Ответы детей:

- Правильное питание, режим дня, зарядка, активный образ жизни.

в) Вывод

*Учитель*:

- Девиз нашего урока: движение-спутник здоровья.

- Для укрепления здоровья мы обязательно ходим в лес, к морю, дышим целебным крымским воздухом. Многие ходили с родителями в поход. Это очень укрепляет наш организм. Это один из способов ведения активного образа жизни.

г) *Учитель*:

- Тренировкой и морковью

Сохраняется здоровье.

Но хотим продолжить речь,

Как еще его сберечь?

Чтоб дожить нам с оптимизмом

До глубокой седины,

Обязательно туризмом

Заниматься мы должны!

*Учитель*:

- Как называют людей, которые ходят в походы? Ответы детей (туристы)

- Туристы.

На слайде уточнение понятия.

- Куда можно отправиться в поход у нас в Крыму?

Ответы детей.

1. **Этап постановки цели, задач.**
2. По ключевым словам (путешествия, активный образ жизни, здоровье) обучающие формулируют цель занятия (Путешествия – активный образ жизни, укрепляют здоровье)

*Учитель*:

- Цель: убедиться, что путешествия способствуют активному образу жизни и укреплению здоровья (на слайде).

1. *Учитель*:

- Решим для этого такие задачи (слайд с задачами).

*Учитель*:

- Итак, цель поставлена, задачи ясны. Начнем занятие –путешествие.

1. *Учитель*:

- Предлагаю отправиться в путешествие. Узнаем новые места, укрепим здоровье.

1. **Этап реализации учебных задач.**
2. Работа в группах.

Содержание задания: Отгадать маршрут путешествия. Используя свой цвет, каждая группа находит свой стол с реквизитом ( 1 группа – стол №1, 2 группа – стол №2 и т.д.). Орлята-капитаны руководят группой, Орлята-хранители времени следят за таймингом. Обучающиеся слушают звуки природы, используют паззл-подсказку и отвечают на вопрос. По итогу работы группа называет свой маршрут.

Результат выполнения задания.

Слайд с перечнем маршрутов:

1 группа - мыс Фиолент, Яшмовый пляж;

2 группа – п. Передовое , водопад Козырек;

3 группа – п. Родниковское, Скельская пещера;

4 группа – б. Ласпи, г. Ильяс – Кая.

*Учитель*:

- Наклейте в свой дневник карточку (с названием и фотографией локации), чтобы поделиться информацией с друзьями и сходить с родителями в поход.

Обучающиеся приклеивают карточку с названием локации и фотографией в свой дневник путешественника.

1. Групповая работа.

*Учитель*:

- Соберемся в путешествие. Помните, собираться надо с умом ( на слайде иллюстрация из м/ф «Ах и Ох идут в поход»).

Содержание задания: выбрать необходимые вещи и инвентарь для путешествия (из конверта №1 группа выбирает нужные карточки-картинки).

Результат выполнения задания.

*Учитель*:

- Проверим, как вы справились с заданием (Орленок-капитан убирает лишние картинки со слайда).

Обучающиеся осуществляют проверку и вклеивают картинки в дневник группы.

1. Работа в группах.

Содержание задания: составить инструкции по безопасности или правила поведения в лесу, у моря, в горах и в пещере (Орлята – хранители времени осуществляют тайминг, Орлята-капитаны выделяют главное). В конверте №2 правила, из которых необходимо выбрать подходящие к своему маршруту.

Результат выполнения задания.

*Учитель*:

- Назовите 3 главных правила (Орлята - инструкторы по безопасности озвучивают правила).

Обучающиеся вклеивают их в дневники своих групп.

*Учитель*:

- Помните, что соблюдать правила безопасности необходимо для сохранения жизни и здоровья.

1. Фронтальная работа.

*Учитель*:

- Отлично, теперь все вместе отправимся в виртуальное путешествие в урочище Аязьма к пляжу «Инжир» в заказнике мыса Айя.

1. Физкультминутка.

Учитель показывает движения для подготовки к походу.

Просмотр видеоролика.

*Содержание видеоролика.*

*Наше путешествие в урочище Аязьма. Урочище – это особенная местность. Маршрут 6 км. Начинается из Балаклавы.*

*От крепости Чембало вдоль берега моря мы пойдем очень красивым маршрутом Крыма.*

*Урочище Аязьма в переводе - «благословенный», это связано с близостью к мысу Айя, на котором обнаружены остатки древнего храма. Мыс Айя переводится «святой». Он служил ориентиром для древних мореплавателей, которые плыли к берегам Тавриды.*

*Здесь царит средиземноморский микроклимат. Количеством солнечных дней в году — 240.*

*Пешеходные тропы проходят вдоль моря и далее через можжевеловый и сосновый лес над пляжами.  
 Здесь растет много редких растений и деревьев. Склоны г. Спилия покрыты ковром из чабреца, горного шалфея и татар-чая. Здесь растут можжевельник древовидный, иглица понтийская, земляничник или коралловое дерево), туи, сосны Станкевича и Палласа, фисташка дикая туполистная – всего около 500 растений, многие занесены в Красную книгу.*

*Из животных здесь встречают каменную куницу, белку, лису, косулю, летучих мышей, зайцев и косуль. Из птиц тут обитают синица, сойка и дрозд черный. И самый редкий представитель Южного берега Крыма - крохотный крымский геккон.*

*В урочище Аязьма много небольших бухточек с пляжами. На берегу можно найти гигантские аммониты — раковины древних моллюсков, которые жили в теплом юрском море.  
Один из пляжей называют Инжир. Говорят, раньше на склонах росли плодовые деревья, теперь склоны покрывают сосны.*

*Эти живописные места находятся в государственном заказнике мыса Айя. И поэтому необходимо соблюдать правила посещения и бережно относиться к природе нашего края.*

*А прекрасные пейзажи, величественные горные склоны, чистое море и целебный крымский воздух сделают ваше путешествие незабываемым!*

Результат выполнения задания.

Обсуждение видео с обучающимися.

*Учитель*:

- 1группа что запомнила?

- 2 группа - что самое интересное?

- 3 группа - как переводится мыс Айя?

- 4 группа - откуда начинается маршрут?

Ответы на вопросы дают Орлята-капитаны.

1. Работа в группах.

Содержание задания: выбрать игру, в которую можно поиграть на природе в соответствии с маршрутом путешествия группы (с опорой на иллюстрации на слайде).

*Учитель:*

- Ребята, в походе всегда наступает время отдыха и я заметила, что многие берут телефон, чтобы поиграть. А как можно активно отдохнуть? Какие игры вы можете назвать, во что поиграть?

Результат выполнения задания.

Орлята – организаторы досуга выбирают и показывают другим группам движения, по которым отгадывают игру.

Итог этапа занятия.

Определены 4 разных маршрута, осуществлено виртуальное путешествие всем классом, заполнен дневник путешественника у каждого обучающегося.

1. **Этап подведения итогов занятия.**
2. *Учитель:*

- Мы сегодня готовились к походу и путешествовали виртуально.

Вернемся к цели занятия и задачам (слайд).

- Что мы сделали в первую очередь?

Ответы детей. (Определили маршрут, составили дневник путешественника).

1. *Учитель:*

- Как мы достигли цели занятия и убедились, что путешествия укрепляют здоровье?

Ответы детей. (Дышали свежим воздухом, хорошее настроение, много двигались.)

1. *Учитель:*

–Правильно, ведь девиз нашего урока - «Движение – спутник здоровья» (на доске).

1. **Рефлексия.**

Учитель создает условия обучающимся для самоанализа занятия.

Обучающиеся (Орлята-помощники) продолжают фразы по группам:

1 группа

- На занятии я узнал…

2 группа

- Меня заинтересовало…

3 группа

- Я убедился, что для здоровья необходимо…

4 группа

- Мне захотелось побывать…

1. **Заключительное слово учителя.**

*Учитель:*

- Напомните, где мы побывали в путешествии все вместе?

Ответ детей (урочище Аязьма).

- Давайте сделаем на память фотографию (общее фото).

- Предлагаю продолжить путешествовать с друзьями, с семьей, вести активной образ жизни. В ваших дневниках есть разные маршруты. Делитесь своими впечатлениями, отправляйте мне в ВК по QR-коду. До встречи на новых маршрутах!