

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение -
средняя общеобразовательная школа № 5 имени маршала Г.К.Жукова
станции Старовеличковской

Внеурочное занятие

«Цветок здоровья»!

Мероприятие разработала
учитель начальных классов
Шнайдер Анна Александровна

Цели:

Сформировать представление о здоровье и составляющих здорового образа жизни;

Задачи :

Развивать умение обосновывать особенности, закономерности, сопоставлять, способствовать развитию логического мышления, внимания, самостоятельности, развивать коммуникативные навыки, развивать познавательный интерес. Способствовать воспитанию ответственного отношения к укреплению и сохранению здоровья.

• Познавательные УУД:

- Выделять существенную информацию, обосновывать её.
- Осуществлять актуализацию жизненного опыта.

• Коммуникативные УУД:

- Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.
- Договариваться и приходить к общему решению, в том числе в ситуации столкновения интересов.

• Регулятивные:

- Уметь слушать в соответствии с целевой установкой.
- Определять цель учебной деятельности.
- Определять степень успешности выполнения работы.

• Личностные:

- положительное отношение к изучаемой теме, установка на ЗОЖ; мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы

Ход занятия.

Учитель: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте.

Учитель:

Ребята, посмотрите, какое сегодня великолепное теплое утро. Давайте поприветствуем окружающий нас мир и друг друга.

Здравствуй, солнце золотое! (рисуют руками круг)

Здравствуй, небо голубое! (руки поднимают вверх, машут кистями)

Здравствуй, вольный ветерок! (обмахивают кистями рук лицо)

Здравствуй, милый мой дружок! (поднимают руки вверх и машут ими)

- А сейчас ребята, давайте поприветствуем, друг друга, подарим хорошее настроение, улыбнувшись своему соседу справа, слева. Теперь присядут те, кто занимается спортом, посещая спортивные секции, а сейчас присядут

те, кто любит кашу, присядут те, кто делает зарядку, а теперь те, кто готов активно заниматься сегодня на занятии.

- Молодцы

(Учитель обращает внимание детей на то, что в классе вырос необыкновенный цветок. Дети к нему подходят).



Учитель: Ребята, может вы где - то слышали или смотрели о похожей ситуации.

Ответы детей.

Учитель: Да, правильно, в сказке В. Катаева «Цветик – семицветик». Девочка Женя потратила все шесть лепестков на исполнение желаний, которые не принесли ей радости, а значит – в пустую. И вот когда остался один лепесток, Женя увидела грустного мальчика Витю – у него болели ноги. Витя не мог бегать и играть с детьми. Жене стало жалко Витю. Она оторвала последний лепесток и сказала:

Лети, лети, лепесток,
Через Запад на Восток.
Через Север, через Юг,
Возвращайся, сделав круг.
Лишь коснешься ты земли,
Быть, по-моему, вели, -
Вели, чтобы Витя стал здоров!

В ту же минуту Витя стал здоровым. Он так долго хотел стать здоровым и никогда не болеть, что он сказал Жене: «Если бы волшебница подарила мне цветик – семицветик...» Только он произнес эти слова, как появилась волшебница. В руках она держала цветок с семью разноцветными лепестками. Волшебница подарила детям цветок и на прощание сказала: «Этот цветок поможет вам понять, что такое здоровье и как его следует беречь».

Учитель: Ребята, посмотрите и у нас есть такой цветок – здоровья, а на лепестках задания. Девочка Женя, из сказки «Цветик-семицветик», просит вас помочь ей решить задания, указанные на лепестках. Вы согласны ей

помочь? (Да.) Для этого нам с вами надо отправиться в волшебное путешествие в мир чудес и здоровья, (звучит музыка «Есть на свете цветов» вступление).

Учитель: Попасть в страну здоровья нам поможет волшебная дорожка.

(Перед ребятами на полу разложена дорожка «здоровья» на которой нарисованы следы нужно идти строго по следам. Звучит музыка)

Учитель: Вот мы и попали в волшебную страну. Посмотрите ребята, перед нами дерево, необычное. Что на нем растет?! - Правильно предметы личной гигиены.

Учитель: Отрываем **первый лепесток**. На нём задание: А под деревом мешочек, а в мешочке записка. «Отгадайте загадки, найдите на дереве отгадки.

Учитель достает карточки с загадками, и дети ищут отгадки среди предметов на дереве.

1.Чтоб *«грязнулею»* не быть, следует со мной дружить пенное, душистое, ручки будут – чистыми.

Если в глазки попаду, то немножко пощиплю....

но как только пену смыло, перестало щипать.... (*мыло*)

2. Целых 25 зубков для кудрей и хохолков

и под каждым из зубков лягут волосы рядком... (*расчёска*)

3. Волосистою головкой в рот она влезает ловко,

и считает зубы нам по утрам и вечерам. (*зубная щётка*)

Учитель: Как одним словом можно назвать все эти предметы? повторить. Для чего они нужны? Для чего нужно мыло?

Дети: Чтобы мыть руки.

Учитель: Когда нужно мыть руки?

Дети: Перед едой, после прогулки. После туалета. После рисования и лепки.

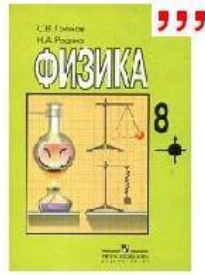
Учитель: Для чего нужна расчёска?

Дети: Чтобы расчёсывать волосы. Быть аккуратными и красивыми.

Учитель: Для чего нужна зубная паста и зубные щётки?

Дети: Чтобы чистить зубы. Чтоб зубы были чистыми и **здоровыми** и **не болели**.

Учитель: Тогда отрываем **второй лепесток**. Здесь конверт. А в конверте ребусы. Давайте попробуем их разгадать.



P=K

1325

1.



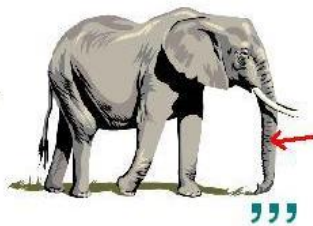
41

2.



З=М

3.



15

4.



« — » Ы

5.

Ответы: 1. Физкультура. 2. Зарядка. 3. Лимон. 4. Ходьба
5. Витамины.

Учитель: Ребята, а скажите, пожалуйста, зачем нам предложили разгадать именно эти слова в ребусах. *(Ответы детей)*

Учитель: Отрываем **третий** лепесток. Игровой массаж по А. Уманской и К. Динейки «Поиграем с ушками».

Учитель: А чтобы защитить себя от простудных заболеваний, надо провести массаж волшебных точек наших ушей. А хотите, я открою вам секрет? Ведь наши уши помогают нам не только слышать и слушать, но и помогают всему нашему организму: на ушах расположено большое количество специальных точек (показывает карточку с изображением уха с отмеченными на нем точками, отвечающими за работу определенных органов). Если эти точки массажировать, то организм человека будет чувствовать себя хорошо, человек будет внимательным, умным. Чтобы все это исполнилось, я предлагаю вам вместе со мной выполнить ушную гимнастику. (Проводится игровой массаж.)

Игровой массаж по А. Уманской и К. Динейки «Поиграем с ушками».

Подходи ко мне, дружок, становись скорей в кружок.

Ушки ты свои найди и скорее покажи.

Ловко с ними мы играем, вот так хлопаем ушами.

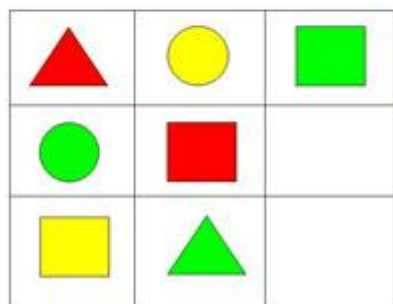
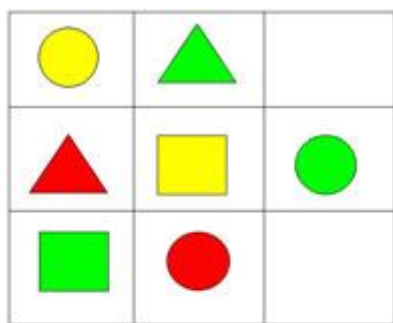
А сейчас все тянем вниз, ушко, ты не отвались.

А потом, а потом, покрутили козелком.

Ушко, кажется, замёрзло, отогреть его так можно.

Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!

Учитель: Молодцы! Посмотрим, что написано на **четвертом** лепестке. **Игра «Заполни пустые клетки».** Помогите Жене заполнить пустые клетки. Будьте внимательны, обращайтесь внимание не только на форму, но и на цвет.



Учитель: Покажите ту фигуру, которая должна быть во втором ряду? В третьем ряду? Почему вы так считаете? *(Ответы детей.)*

Учитель: Ребята, вы много работали, ваши глазки устали, пусть они немного отдохнут. И вот **пятое задание: физкультурная минутка для глаз.**

Движения глаз дети сопровождают словами:

Представьте, мы пришли в волшебный лес,
 Сколько здесь вокруг чудес!
 Справа берёзка в шубке стоит,
 Слева – ёлка на нас глядит.
 Снежинки в небе кружатся,
 На землю красиво ложатся.
 Снежинки блестят и искрятся,
 На ладошки к ребятам садятся.

Учитель.: Ребята, закройте глаза, я положу вам на ладошки сюрприз.
 (Раскладываю на детские ладони вату и металлические предметы.)

Учитель: Что лежит на левой руке, а на правой? *(Ответы детей.)*

Учитель: Что легче? Что тяжелее? Как вы это определили? *(Ответы детей.)*

Учитель: Сделайте глубокий вдох и подуйте сначала на вату. Что произошло? *(Ответы детей.)*

Учитель: А теперь подуйте на металлические шарики? Легко ли с ними справиться? Почему? *(Ответы детей.)*

Учитель: Отдохнули глазки, хорошо. А теперь **физкультурная минутка (музыкальная).**

Мы ногами топ-топ!
Мы руками хлоп-хлоп!
Мы глазами миг-миг!
Мы плечами чик-чик!
Раз – сюда, два – туда,
Повернись вокруг себя
Раз – присели,
Два – привстали.
Руки кверху все подняли.
Раз – два, раз – два,
Заниматься нам пора.

Учитель: Отрываем **шестой лепесток**. На листочках записаны в разном порядке буквы. Нужно собрать слово, связанное со здоровьем. Кто быстрее?

1. ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура
2. ДКАЗАРЯ – зарядка
3. ЛКАЗАКА – закалка
4. ЕНГИАГИ – гигиена
5. ЛКАПРОГУ – прогулка
6. ЭАКАБРОИ – аэробика

Учитель: Молодцы, ребята, вы справились со всеми заданиями. Остался последний, **седьмой лепесток**. Вспомните, пожалуйста, как Женя его использовала?

Учитель: Да, она оторвала последний, седьмой, лепесток и загадала, чтобы мальчик Витя, который не мог ходить, стал здоров, потому что нельзя быть до конца счастливым, если кто-то рядом с тобой страдает. Давайте и мы оторвём последний лепесток и выскажем свои пожелания друг другу.

(Дети становятся в круг, передают мяч друг другу и высказывают свои пожелания.)

Пожелания детей:

- Будьте всегда здоровыми.
- Занимайтесь спортом, делайте зарядку каждый день.
- Гуляйте на свежем воздухе, закаляйтесь.
- Чаще говорите вежливые слова.
- Ешьте полезные продукты, овощи и фрукты.
- Одевайтесь по погоде.

- Всегда будьте добрыми и весёлыми.
- Берегите природу, животных и птиц.
- Любите своих близких, заботьтесь о них.

Учитель:

Дети, я вам желаю чаще улыбаться,

По пустякам не огорчаться.

Всегда иметь весёлый вид,

Вовек не знать, где что болит!

Учитель: Ребята, наше занятие заканчивается, я очень рада, что вы помогли Жене выполнить такие сложные задания. Вам понравилось занятие? *(Да.)*

Учитель: Если вы довольны своими успехами сегодня и оцениваете свою работу на «отлично», то возьмите у меня подарок за свою работу красный цветок, а если вы считаете, что у вас что-то не получилось и вы могли бы заниматься лучше – возьмите синий цветок.

(Дети оценивают свою работу.)