

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 31 со спортивным уклоном города Пятигорска
Ставропольского края

357538 Россия, Ставропольский край, г. Пятигорск, улица Мира, 187
телефон (879 3) 98-11-25 факс (879 3) 98-11-25

Конспект урока

Предмет	Окружающий мир
Класс	1А
Учитель	Слащева Е.А.
Дата урока	21.04.2020
Тема урока	Зачем мы спим ночью?
Основной вид учебной деятельности	Изучение новой темы

Ход урока

I. Организационный этап.

II. Самоопределение к деятельности

- Сегодня на уроке мы с вами обсудим, на мой взгляд, очень интересную и важную тему.
- Ребята, а знаете ли вы что-нибудь о сне? (выслушиваются ответы детей)
- А хотелось бы узнать о снах ещё что-то или уточнить? (Выслушиваются вопросы детей)

3. Постановка темы урока

-Итак, сформулируем тему урока. А поможет нам в этом учебник, откроем его на стр. 52
Прочитайте тему урока «Зачем мы спим ночью?»

4. Открытие новых знаний

-Ребята, а может кто-нибудь попытается ответить на вопрос «Зачем мы спим ночью?»(выслушиваются ответы детей)

Работа с учебником

А теперь давайте выясним, кто из ребят прав. Для этого прочитаем слова Мудрой Черепахи в учебнике на стр.53

- Что происходит с человеком за день?

-Зачем он ложится спать?

-Послушайте стихотворение. После чтения ответьте на вопрос О чём в стихотворении говорится?

Бродит Сон по коридору...

Ночью он пришёл к Егору

И хотел ему присниться.

Только мальчику не спится.

Сон подумал у порога,

Подождать решил немного.

Два часа ходил, зевал,

Но Егор не засыпал...

Сон на вешалке крючочки,

На обоях все цветочки

Десять раз пересчитал.

Но Егор не засыпал...

Хватит! Сколько можно ждать?!

Сон побрёл в свою кровать.

Он ужасно утомился!

Лёг и ... сам себе приснился.

(в стихотворении говорится о том, как Егору не спалось)

- Давайте посмотрим на рисунок в учебнике стр 108.
 - Что случилось с мальчиком на уроке?
 - Почему он заснул?
 - Почему он мог не выспаться?
 - Какой вывод можно сделать, прочитав стихотворение и рассмотрев рисунок?
- Почему нужно ложиться спать вовремя?

5. Физкультминутка

Игра: «Какие предметы помогают тебе сладко спать»

Если я называю слово, которое обозначает предмет, помогающий вам сладко спать, вы хлопаете в ладоши, если нет - топаете ногами.

<i>игрушки</i>	<i>пижама</i>	<i>яблоко</i>	<i>конфетки</i>
<i>подушка</i>	<i>кошка</i>	<i>простынка</i>	<i>салфетки</i>
<i>книжка</i>	<i>ложка</i>	<i>собачка</i>	<i>диван</i>
<i>карандаши</i>	<i>кровать</i>	<i>задача</i>	<i>подушка</i>
<i>одеяло</i>	<i>бутерброд</i>	<i>матрац</i>	<i>погремушка</i>

- Кто знает как называются песни, которые мамы и бабушки напевают маленьким детям, что бы они быстрее заснули? (Ответы детей.)
- Почему люди для колыбельных выбрали именно такую мелодию спокойную, тихую, лаковую? (Ответы детей.)
- Зачем ребенку нужно такое спокойное состояние? (Ответы детей.)

6. Мини-проект

- Но не только колыбельная песня поможет вам заснуть. Есть правила подготовки ко сну. Они говорят о том, что нужно делать перед сном и чего делать нельзя. Я предлагаю вам составить памятку «Как правильно подготовиться ко сну».

- Напишет правила, которые будут начинаться со слов «**ПЕРЕД СНОМ НЕЛЬЗЯ...**»

А поможет вам в этой работе учебник стр. 52.

- А может вы добавите ещё что-то.

- Давайте послушаем, что у вас получилось.

- Для чего мы с вами составили данные правила подготовки ко сну?

- А вы соблюдаете эти правила?

Вывод: Перед сном нужно почистить зубы, проветрить комнату.

Можно почитать книжку. Нельзя играть в шумные игры, драться, смотреть страшные фильмы.

7. Физкультминутка.

8. Закрепление изученного. Рефлексия.

А сейчас мы с вами поиграем в игру: «Верно или нет?» и я посмотрю, хорошо ли вы запомнили правила подготовки ко сну, слушайте условия игры: (если высказывание верно, то вы складываете руки как во сне, если нет, хлопаете в ладошки и топаете ножками)

- *Перед сном проветри комнату*
- *Подыши свежим воздухом на улице*
- *Закрой все форточки, укутайся теплее.*
- *Мыться перед сном нельзя - ведь холодная вода!*
- *Зубы чисти перед сном, умывайся мылом.*
- *Ну, давай с тобой подружка покидаемся подушкой. Будет весело вдвоем, а устанем и заснем.*
- *Подкрепись перед сном: съешь и булку, и батон, и ватрушку, и пирог. Чтобы сытым спать ты лег.*
- *Спать нужно ложиться в одно и то же время, не позднее 10 часов вечера.*
- *Лучше всего перед сном посмотреть фильм детектив или боевик, быстрее уснешь.*

9. Беседа о профессиях людей

- А все ли люди спят ночью? (Ответы детей.)
- Почему не все могут спать ночью? (Ответы детей.)
- Людям каких профессий не приходится ночью спать? (Ответы детей.)
(*Милиционер, врач, пекарь, пожарный.*)
- Значит, люди этих профессий совсем не спят? (Ответы детей.)
- Да, конечно, они спят, но только днём. Обойтись совсем без сна человек не может. После активно проведенного дня устают не только мышцы, но и многие важные органы: сердце, легкие, печень. Особенно нужен отдых мозгу. Поэтому спать нужно обязательно.

10. Беседа о животных

- Только ли люди должны спать?
- Где спят животные? (В своих жилищах.)
- А кто видел, как спят ваши домашние питомцы? (Рассказы детей.)
- Все ли животные спят ночью?
- Почему же некоторые животные не спят ночью? (они добывают пищу)

11.Работа в тетрадах на печатной основе (стр.44)

- Открываем тетради на стр.44 и вы рисуете свой любимый сон.

III. Итог урока.

- Что нового вы узнали сегодня на уроке?
- Какие правила поведения нужно соблюдать перед сном?

Рефлексия

- Ребята, я хочу чтобы вы выразили свое отношение к уроку.
*Закончен урок и выполнен план,
Спасибо, ребята, огромное вам.
За то, что упорно и дружно трудились,
Что на уроке вы не ленились!*

Для закрепления данной темы ***посмотрите*** видеоурок
https://www.youtube.com/watch?v=hIGcm8gGB3g&feature=emb_logo

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 средняя общеобразовательная школа № 31 со спортивным уклоном города Пятигорска
 Ставропольского края

357538 Россия, Ставропольский край, г. Пятигорск, улица Мира,187
 телефон (879 3) 98-11-25 факс (879 3) 98-11-25

Конспект урока

Предмет	Окружающий мир
Класс	1А
Учитель	Слащева Е.А.
Дата урока	22.04.2020
Тема урока	Почему нужно есть много овощей и фруктов? Почему нужно чистить зубы и мыть руки?
Основной вид учебной деятельности	Изучение новой темы

Ход урока

- II. Организационный этап.
- III. Повторение пройденного материала.

-Вспомним, правила поведения в лесу, на лугу.

- Почему надо соблюдать тишину в лесу?

- Сегодня на уроке мы продолжим постигать тайны главного чуда света – человека.

А какую тайну постигнем, и будем постигать, вы мне откроете в конце урока.

3. Вступительное слово.

-В теле человека все время расходуются питательные вещества. Когда вы занимаетесь спортом или работаете, расход их увеличивается. Питательные вещества нужны мозгу, чтобы хорошо работал организм и не уставал; мышцам, чтобы они становились крепкими и сильными, всем органам тела.

Особенно важно питание для детей. За счет питательных веществ ваш организм растет и крепнет. Пища должна быть разнообразной.

-А какие продукты входят в ваш рацион питания?

-Наши продукты можно разделить на две группы:

- Растительные. Это, какие?
- Животные. Это, какие?

4. –Но наряду с этими продуктами нужно употреблять разные овощи и фрукты.

- Какие фрукты и овощи знаете? Какие любите?

Игра «Фрукты – овощи». Распределить овощи и фрукты по корзинам. (Приложение 2)

-Подумайте, почему нужно есть много овощей и фруктов? (Много в них различных витаминов).

-Что такое витамины?

- Какие витамины вы знаете?

Витамин «А» всегда связан с жиром в животном организме. Он образуется в растениях и переходит к животным, питающимися этими растениями. Витамин «А» помогает предупреждать инфекцию. Он содержится в молоке, яичном желтке, печени, рыбьем жире, а также в салате, моркови, шпинате.

Витамин «В» необходим для профилактики некоторых нервных заболеваний. Он содержится в молоке, свежих овощах и фруктах, во всех злаках. Он должен восполняться в организме.

Витамин «С». Отсутствие его вызывает цингу, при которой окостеневают суставы, расшатываются зубы, ослабевают кости. Богаты витаминами «С» апельсины, кабачки, томаты. Организм не может откладывать витамин «С», поэтому его нужно регулярно восполнять.

6. Физминутка.

Вот так яблоко.

Оно соку сладкого полно.

Руки протяните, яблоко сорвите.

Стал ветер веточку качать, трудно яблоко достать.

Подпрыгнул, руку протяну и быстро яблочко сорву!

Вот так яблоко!

Оно соку сладкого полно.

7. Берегите зубы!

-Какие зубы лучше - здоровые или больные? Почему?

-Какой витамин нужен для правильного развития костей и зубов? (Витамин «Д»).

Витамин «Д». Он важен для правильного развития костей и зубов младенцев. Ведь крепкие зубы очень важны для общего здоровья организма.

- Крепкие и здоровые зубы очень важны для общего развития организма.

-Как сохранить зубы здоровыми? (Предлагаются карточки. Дети выбирают правильные ответы). (Приложение 3)

-Кратко поясните каждый пункт правил.

8. Работа по учебнику.

-Рассмотрите таблицу, расскажите, как надо правильно чистить зубы. (стр. 106.)

-Зачем чистить зубы?

- Вот что один мальчик съел на обед: кашу с сахаром, какао со сладкой булочкой, кусок торта, шоколадку. Хороший у мальчика был обед? Почему?

-Какие блюда предложите вы?

-Как правильно питаться?

- Питайся разнообразной пищей.
- Меньше ешь сладостей.
- Полезнее овощи и фрукты.
- Старайся есть в одно и то же время.

9. Гигиена питания.

-Почему нужно мыть руки?

-Руки часто бывают грязными, ведь мы трогаем разные предметы. Микробы попадут в ротовую полость и вызовут заболевание десны, желудка или кишечника.

-Рассмотрите рисунки на с.107. В каких случаях нужно мыть руки?

-«Сколько же раз в день придется мыть руки?» - можете спросить вы. Давайте посчитаем:

Перед едой и иногда после еды: примерно шесть раз. Возвращаясь, домой с прогулки, скажем, ещё два раза – всего восемь. Пред посещением туалета и после, предположим, ещё четыре раза – всего двенадцать. И, наконец, перед сном. Целых тринадцать раз!

Но для каждого человека самое дорогое – это здоровье. А ради крепкого здоровья можно вымыть руки и большее количество раз!

10. Итог урока.

-Какую тайну человеческого организма мы сегодня открыли?

Для закрепления данной темы **посмотрите** видеоурок

- 1) https://www.youtube.com/watch?v=8IyT9zYbBHU&feature=emb_logo
- 2) https://www.youtube.com/watch?v=7IMILNLRnhw&feature=emb_logo