

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.*

*- Лучшее 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](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](https://www.youtube.com/watch?v=8IyT9zYbBHU&feature=emb_logo)
- 2) [https://www.youtube.com/watch?v=7IMILNLRnhw&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=7IMILNLRnhw&feature=emb_logo)