**Муниципальный этап краевого конкурса «Учитель здоровья Кубани»**

**Технологическая карта**

**внеурочного воспитательного мероприятия**

**КЛАСС**: 6

**Учитель МБОУ ООШ № 25 им.Е.Н.Сисева** п. Северного муниципального образования Курганинский район

**Власова Юлия Петровна**

**ТЕМА: «СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ»**

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЬ:** способствовать формированию знаний о **здоровом образе жизни**; развивать познавательно-эмоциональный интерес, двигательную активность детей. Воспитывать желание быть **здоровым,** интерес к спортивным играм, уважительное отношение друг к другу.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**:

Личностные: развитие навыков сотрудничества с учителем и сверстниками в разных учебных ситуациях, управление своим настроением, умение выражать эмоции; проявлять способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности.

Метапредметные:

а) познавательные: давать определения понятиям.Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

б) коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор; работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; строить монологическую речь в устной форме;

в) регулятивные: умение планировать и регулировать свою деятельность; определять и формулировать тему и цель урока с помощью учителя.

**ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ**: этическая беседа, игра.

ФОРМЫ ВОСПИТАНИЯ:

а) в зависимости от организации обучающихся: фронтальная;

б) в зависимости от методов: словесная (информация), наглядная (доска, презентация), практическая(раздаточный материал);

в) в зависимости от времени: кратковременная (от нескольких минут до часа).

МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ:

-методы формирования и сознания личности: рассказ, объяснение, разъяснение;

-методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения:упражнения, воспитывающие ситуации;

-методы стимулирования поведения и деятельности:поощрение, соревнование.

**ОБОРУДОВАНИЕ**: мультимедийный проектор, компьютер, презентация, раздаточный материал.

**Ход занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы | Деятельность учителя | Деятельность ученика | Планируемый результат  (УУД) |
| **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**  Организационный момент | Ребята, вы любите жизнь? Как вы понимаете, что это такое?  Горская пословица гласит: «Добрая жизнь – добрый ручей». И чтобы жизнь была доброй, счастливой, необходимы различные составляющие, среди которых самое важное место занимает здоровье. Слайд 1 | Организация рабочего места, приветствие учителя  Отвечают на вопросы учителя (Жизнь-то богатство данное изначально, и она должна быть прекрасной и счастливой: это здоровье, взаимоотношения с окружающими, дружба, любовь к ближним и близким, материальные блага). | Управление своим настроением, умение выражать эмоции |
| Проблемная ситуация *(или мотивация)* и постановка и принятие детьми цели занятия | - И начать наше мероприятие я хочу с одной притчи. А вы внимательно слушайте и постарайтесь понять.  Слайд 2    ***Притча о здоровье ‹‹Дар богов››*** Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать: каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие –за высокие горы. И самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека.» Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! - Каков смысл этой притчи? (Если ты хочешь что-то иметь, для этого обязательно надо потрудиться. Ничего даром не дается. Если хочешь быть здоровым, значит надо вести здоровый образ жизни. Работая над собой, искореняя свои вредные привычки, - человек делает себя сам. Каждый человек - кузнец собственного здоровья.) - Самый драгоценный подарок от Бога- это здоровье. Если люди не научатся ценить это дар, они никогда не проживут эту жизнь с пользой. - Сегодня мы будем говорить о здоровье. А именно о здоровом образе жизни. А разбирать тему здоровья, я предлагаю вам в форме игры. | Дети отвечают на вопросы, формулируют тему классного часа, осуществляют постановку цели | Определять и формулировать тему и цель урока с помощью учителя.  Оформлять свои мысли в устной форме.  Высказывать и обосновывать свою точку зрения |
| **ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**  Проектированиерешенийпроблемнойситуации,  актуализация знаний,  или начало выполнения действий по задачам занятия  Задание на физическую активность | - Для того, чтобы начать игру, вам необходимо разделиться на 2 команды и разгадать шифровку.  ***Задание: по номеру подобрать букву алфавита.***  1 команда. 19,6,12,18,6,20,29 (СЕКРЕТЫ) 2 команда. 9,5,16,18,16,3,30,33 (ЗДОРОВЬЯ) (Тема игры вывешивается на доске) Молодцы! Сегодня мы с вами поговорим о секретах здоровья! Вам будет предложено несколько заданий.  Человек в суете своей повседневной жизни часто забывает о себе и своем здоровье. Он с головой погружен в решение насущных проблем. К сожалению, в современном мире забота о здоровье начинается только тогда, когда вы почувствуете, что этого самого здоровья становится всё меньше, болезнь валит с ног или начинают развиваться какие-либо возрастные болезни. Вот тогда у нас и появляется ещё одна насущная проблема - наше здоровье. Хотя забота о нём как раз не должна быть проблемой, она должна быть образом жизни - здоровым образом жизни.  ***1 ЗАДАНИЕ******«Составь слово»*** - Обратите ещё раз внимание на бесценное слово ЗДОРОВЬЕ ( табличка на доске) Задание. На каждую букву этого слова команды должны написать слова, которые имеют или могут иметь отношение к здоровью, к здоровому образу жизни. За каждое слово – 1 балл. Педагог. Молодцы! Вы справились с этим заданием.  ***2 ЗАДАНИЕ «Закончи пословицу»***  Народная мудрость гласит истину. Я начну пословицы, а вы продолжите.  *Для команды 1:*  Береги платье снову, а здоровье*… (смолоду)*  Чистота- половина*… (здоровья)*  От здоровья*… (не лечатся)*  Было бы здоровье, а счастье… *(найдется)*  Где здоровье там же*… (красота)*  Двигайся больше- проживешь… *(дольше)*  После обеда полежи, после ужина*…(походи)*  Лук семь недугов*… (лечит)*  *Для команды 2:*  Не по лесу болезнь ходит… (а по *людям)*  Забота о здоровье- лучшее… *(лекарство)*  Каждому своя болезнь *… (тяжело)*  Здоровье сгубишь - новое*… (не купишь)*  Смолоду закалиться- на век… *(пригодится*)  В здоровом теле *… (здоровый дух)*  Тот здоровья не знает, кто болен… *( не бывает)*  Болен - лечись, а здоров*… (берегись)*    **3 ЗАДАНИЕ«Черный ящик»** -Я предлагаю вам отгадать, что лежит в чёрном ящике. На обсуждение 1 минута. Балл получает команда, которая первой даст правильный ответ.   1. Это самый древний фитнес инвентарь в мире, который используется в наше время 2. Этот предмет есть в любом спортивном зале, а у некоторых есть и дома 3. Этот предмет бывает разных размеров и цветов 4. Его не купишь в аптеке, а только в спортивном магазине 5. В художественной гимнастике есть упражнение с этим предметом 6. В занятиях фитнесом позволяет избавиться от лишнего веса, улучшает сердечно сосудистую систему, а также повышает баланс и координацию 7. Её используют для тренировок футболисты, фигуристы, баскетболисты, боксёры   Физминутка «Слепая змейка»  Члены команды выстраиваются другза другом , кладут руки на плечи, глаза у всех завязаны, кроме последнего игрока.  Впереди лежит плакат с надписью «Мы выбираем спорт!» Необходимо добраться до плаката и встать на него, последний игрок задает всем направление.  ***4 ЗАДАНИЕ «Витаминный рай»***   Добрый повар стоит доктора. Как говорят, если отец болезни не известен, то мать ее всегда – питание.  Чтоб здоровым, сильным быть,  Нужно фрукты-овощи любить,  Все без исключения!  В этом нет сомнения.  В каждом польза есть и вкус,  И решить я не берусь,  Кто из них вкуснее,  Кто из них нужнее.  Слайд 3    Ребята, вы прекрасно знаете, что ягоды, фрукты и овощи – основные источники витаминов и минералов. Большинство витаминов поступает в наш организм только с пищей. Вот почему ягоды, овощи и фрукты должны быть в вашем рационе регулярно.  Задание командам: определить, о каких витаминах идет речь. За каждый правильный ответ команда получает один жетон.  **Витамин «?» -** это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам хорошо видеть, сохранить зрение. Найти его можно в молоке, моркови, зеленом луке  **Витамин «?»** - прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах.«Во саду ли, в огороде вы меня найдете. А кто летом в лес пойдет, тот нас в корзинке принесет!»  **Витамин «?»** сохраняет наши зубы. Без него зубы человека становятся хрупкими, мягкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем его. | Участвуют в обсуждении проблемных ситуаций, слушают другие точки зрения, приходят к общему выводу  Разгадывают слова  .  Отвечают на вопросы  Подбирают подходящие слова, записывают их  З – закалка, зарядка, загар Д – диета, доктор, душ О – отдых, обед, очки Р – режим, работа, резвость О – олимпиада, операция В – вода, витамины, выносливость Ь – Е – еда, езда  Работают в командах, выполняют задания  Ответ: Скакалка  Выполняю задание под музыку, проводят физразминку  Обсуждают варианты, отвечают на вопрос  .(Ответ: витамин А,)  (Ответ: витамин С.)  (Ответ: витамин D.) | Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса  Строить монологическую речь в устной форме  Умение планировать и регулировать свою деятельность  Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности  Развитие навыков сотрудничества с учителем и сверстниками в разных учебных ситуациях  Работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор |
| Самостоятельное применение уже имеющихся знаний, представлений, (выполнение работы) | ***5 ЗАДАНИЕ «Разгадай ребусы»***  ***Задание для 1 команды( карточка1)***    ***Задание для 2 команды (карточка2)***    ***6 ЗАДАНИЕ « Диагностика»***  - Ребята, скажите пожалуйста, можно ли на первый взгляд отличить здорового и больного человека, или определить какой образ жизни ведёт человек?  ***Задание для обеих команд.***  -Посмотрите внимательно на больного человека и расскажите, что у него болит и причины болезней.  Слайд 4  ***1 команда***    ***2 команда*** | Работают в команде, выполняют задания по разгадыванию ребусов  Рассматривают рисунки, описываю состояние человека, называют симптомы болезней, причины их возникновения | Работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор |
| **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ**  Итог занятия. Систематизация знаний. | В завершении нашего мероприятия я хочу, чтобы вы справились с ещё одним заданием**.** На доске висит плакат, на котором изображено Дерево Здоровья.  Слайд 5    У каждого из вас есть листочки, цветные шарики, которые вы получали за правильные ответы.  Ребята, давайте попытаемся наши представления о счастливой полноценной жизни выразить в виде дерева жизни. Листья этого дерева – дни жизни человека. Каждый лист будет свеж и зелен, если поддерживать крону будут равноценные ветви: « я могу», «я хочу», «я должен». Это ведь замечательно, что человек делает в жизни то, что он может, и это не противоречит тому, что он должен, не противоречит интересам других людей; когда то, что человек должен делать, он и может, и хочет. Эти ветви поддерживает ствол «здоровый образ жизни», питаемый корнями – «составляющими здоровый образ жизни».  Посмотрите, каким ярким и живим стало наше дерево! |  | Устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор |
| Рефлексия  *самоанализ деятельности и её  результатов* | - Мы все согласны, что здоровье – это главная ценность в нашей жизни, его, как известно не купить  Здоровье – это ценность и богатство, Здоровьем людям надо дорожить! Есть правильно и спортом заниматься, И закалятся, и с зарядкою дружить. Чтобы любая хворь не подступила, Чтоб билось ровно сердце, как мотор, Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться, Улыбкой победить любой укор. Здоровый образ жизни – это сила! Ведь без здоровья в жизни никуда. Автор: Лена Одинцова | Анализ деятельности во время занятия | Проявлять способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности. |

**Литература:**

* "Культура здоровья школьников. 5-11 классы. Комплексно-тематические занятия. ФГОС"

Издательство «Учитель», 2020 г.

* Алексеев С.В., Э.В. Гущина, С.А. Шаров Педагогика окружающей среды, безопасности и здоровья человека: интерактивные образовательные технологии, 2008 г.
* Классные часы. 7 - 8 классы. Викторины, беседы, конкурсы, игры.**Авторы:**Зайцева И. А., Догадова Н. А., 2019 г
* Классные часы . 5-11 классы. Диалоги о здоровье: мастерские, тренинги, деловые игры, беседы. С.А.Брагина, Л.В. АвдощенкоВолгоград : Учитель,2009

Источник: <https://dzen.ru/media/id/5ee3be1e790ceb604892240e/pritcha-o-tom-kak-naiti-zdorove-5efcbf323b20b91c1158ac51>

рок.рф/library/mi\_za\_zdorovij\_obraz\_zhizni\_115456.html