



Тема урока:

«Здоровый образ жизни»



Цель: сформировать у учащихся знания о правилах сохранения и укрепления здоровья.

Цель: организовать деятельность учащихся по ознакомлению с видами предложений по цели высказывания.

Задачи:

Предметные:

- знание правил гигиены и основы здорового образа жизни;
 - формировать убеждения о здоровом образе жизни и о здоровье, как самой главной ценности;
 - способствовать развитию навыков личной гигиены и труда по самообслуживанию.
- способы сохранения и укрепление здоровья;

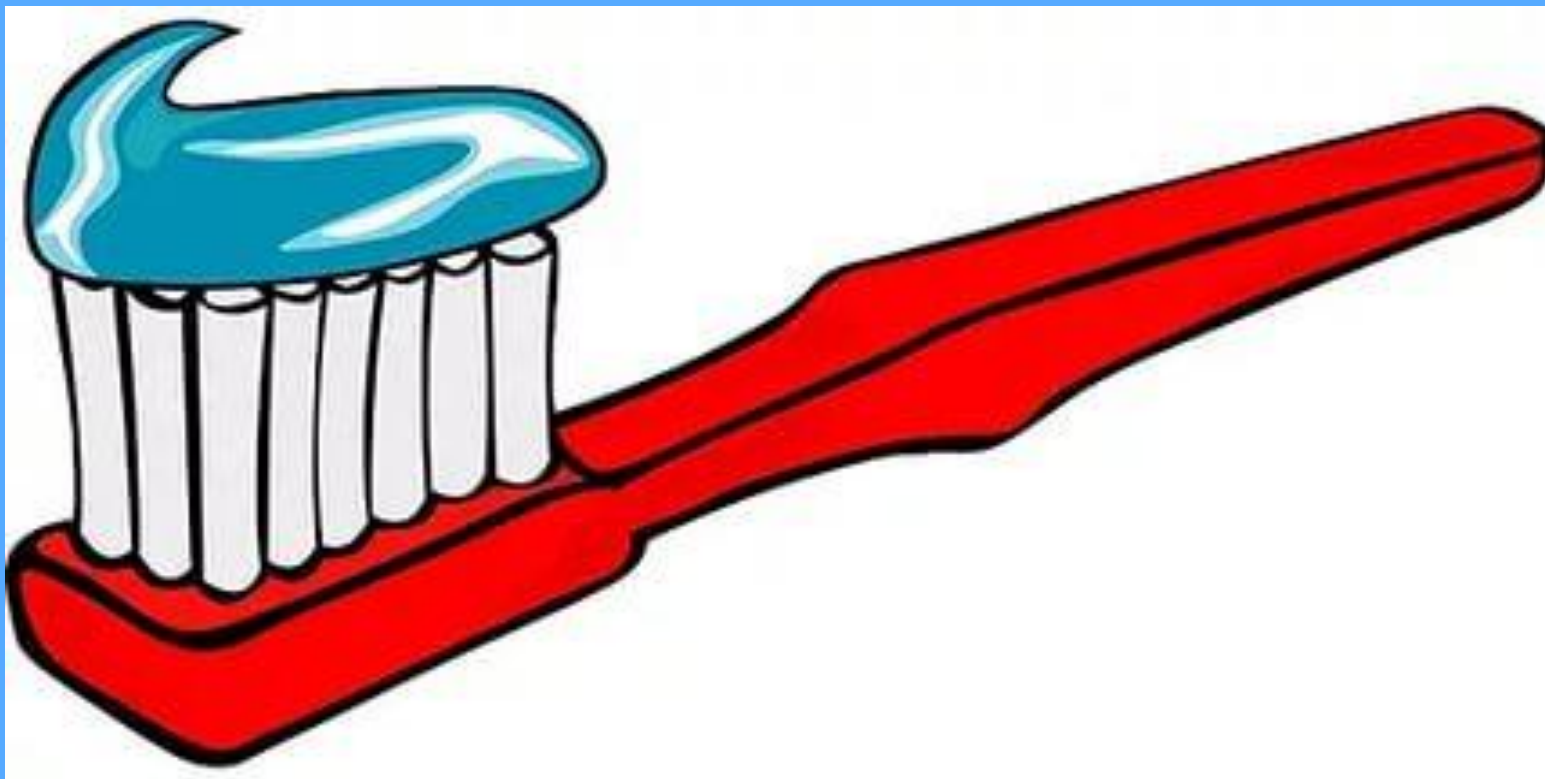
Метапредметные:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной целью;
- развивать речь учащихся;

Личностные:

- воспитывать человека, который умеет заботиться о своём здоровье.
- установка на здоровый образ жизни; ежедневную физическую культуру

Чистюлькино



Зубная щётка



Мочалка



Ванна



Расчёска

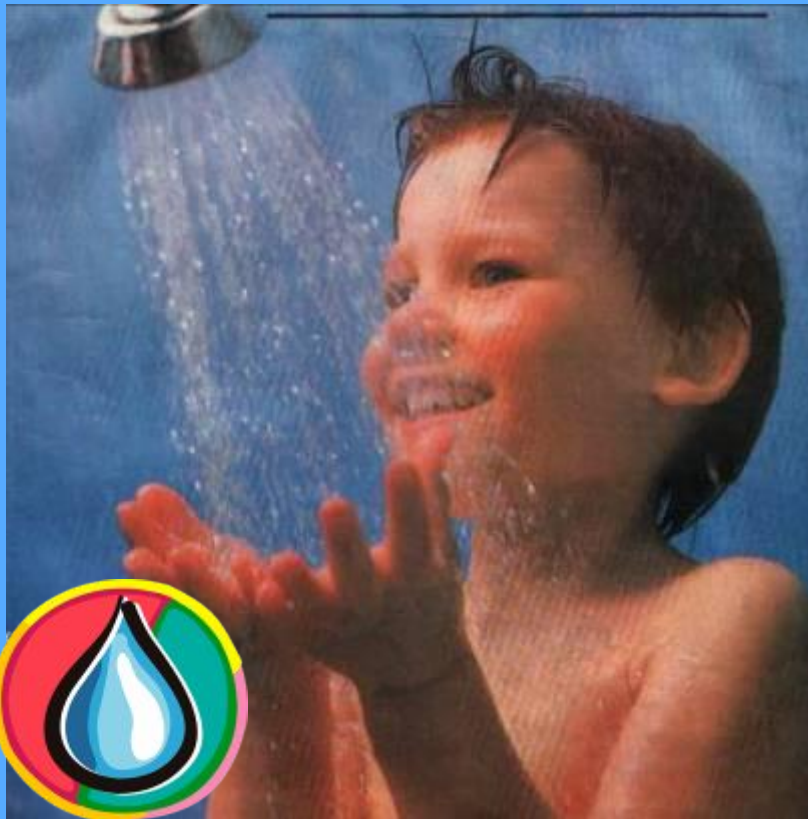


Полотенце



Душ

1. Содержи в чистоте своё тело, одежду и жилище.



*От простой воды
и мыла
У микробов тают
силы.*

Лакомка

2. Правильно питайся!



*Прежде, чем за стол мне сесть,
Я подумаю, что съесть.*

Какое питание можно считать здоровым?

- Разнообразное.
- Богатое овощами и фруктами.
- Регулярное.
- Без спешки.
- Богатое сладостями.
- Однообразное.
- От случая к случаю.
- Второпях.





**Кто жить умеет по часам и ценит каждый час,
Того не надо по утрам будить по десять раз.**



**И он не станет говорить, что лень ему вставать,
Зарядку делать,**



Руки мыть



И застилать кровать.



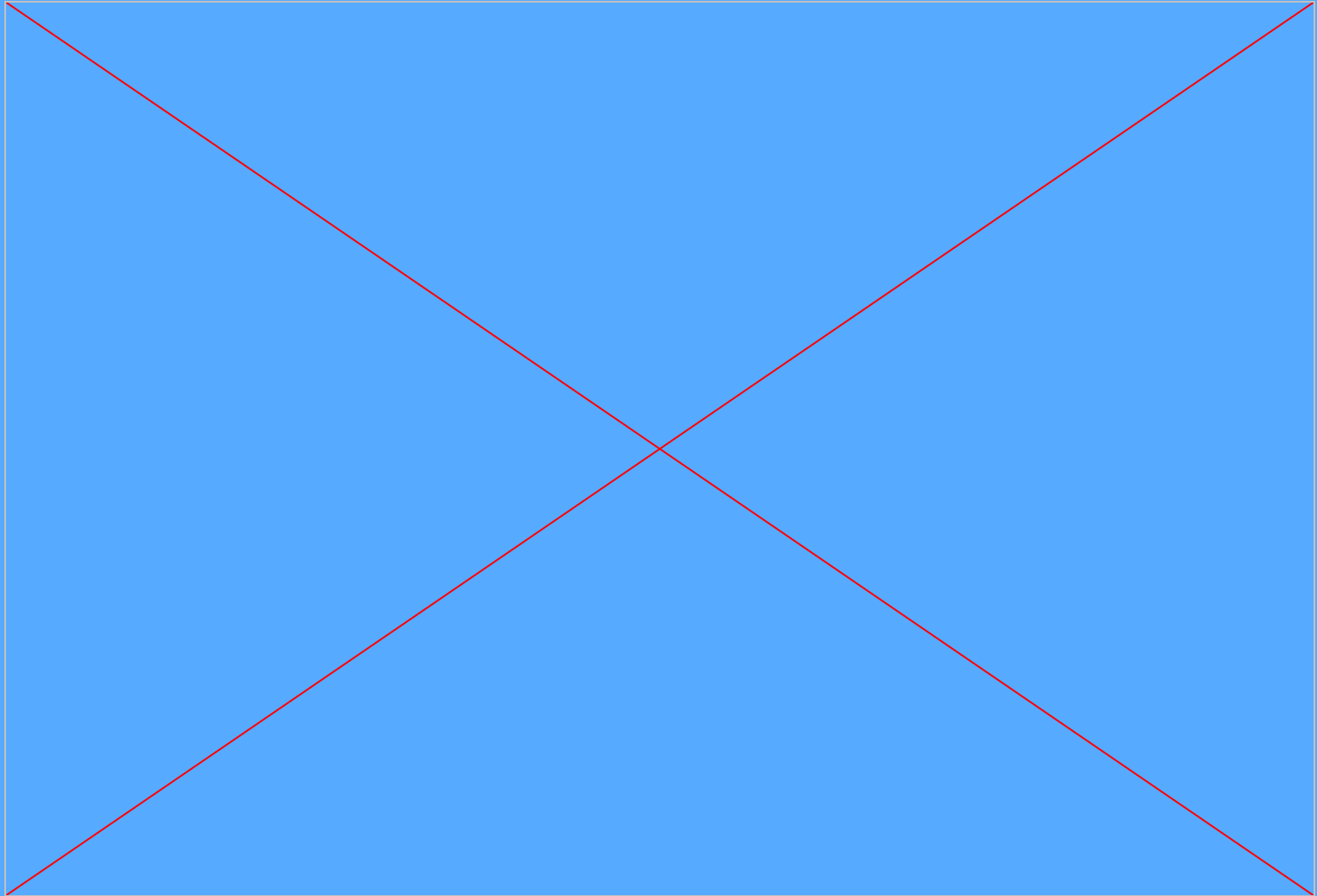
Успеет он одеться в срок,



УМЫТЬСЯ



и поесть,



Успеет в школу он дойти,



За парту в школе сесть.



**С часами дружба хороша!
Работай, отдыхай,**



Уроки делай не спеша




И книг не забывай!



**Чтоб вечером, ложась в кровать,
Когда наступит срок,**



**Ты мог уверенно сказать:
- Хороший был денёк!**



Цель: сформировать у учащихся знания о правилах сохранения и укрепления здоровья.

Правила здорового образа жизни:

- 1. Соблюдай чистоту!**
- 2. Правильно питайся!**
- 3. Сочетай труд и отдых!**
- 4. Больше двигайся!**