Комунальний заклад «Нововодолазький санаторний навчально-виховний комплекс» Харківської обласної ради»

РОЗРОБКА УРОКУ З ОСНОВ ЗДОРОВ’Я

5 КЛАС

Тема: «Безпечний відпочинок взимку. Правила поведінки на льоду»

Виконала: учитель основ здоров’я

Черниш Ірина Володимирівна

2015 рік

Тема уроку: Безпечний відпочинок взимку. Правила поведінки на льоду.

Мета уроку: розширити уявлення дітей про небезпеку, що очікує на льоду; ознайомити учнів з правилами безпечного відпочинку в зимовий період, зокрема з правилами поведінки на льоду; навчити прийомам допомоги і самодопомоги під час нещасного випадку на льоду; розвивати вміння приймати рішення в складних ситуаціях; виховувати усвідомлений вибір моделі поведінки.

Обладнання: ілюстрації, картинки, пам’ятки, презентація до уроку, проектор, фільм «Безпечний відпочинок взимку».

Тип уроку: засвоєння нових знань з елементами тренінгу.

Хід уроку

І. ОРГАНІЗАЦІЙНО – ВСТУПНА ЧАСТИНА

**1.Вправа «Привітання»**

Доброго дня, любі діти!

Продзвенів уже дзвінок,

Починається урок.

Подорож цікава чекає на вас.

Бути активними треба весь час.

Бажаю вдало працювати

Високі бали заробляти.

ІІ. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ

*Учитель:* Пригадайте, що ви вивчали на попередньому уроці?

*Відповіді дітей (загартовування. Загартовування – система вправ і процедур, спрямованих на підвищення опору організму*)

*Учитель:* - Назвіть природні чинники загартовування ( сонце, повітря, вода);

- Назвіть основні способи загартовування (за допомогою сонця

…………., води…….., повітря…………);

* А чи є певні правила загартовування? (поступовість, систематичність, консультація лікаря).

ІІІ. МОТИВАЦІЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.

*Учитель:* Скажіть будь ласка, чи можна загартовуватися взимку? *(відповіді дітей).*

* Без яких предметів дітям не можна обійтися взимку?
* А відповідь у загадках

ЗАГАДКИ

1. У зимову веселу пору

Ми – кращі друзі дітвори

Вивозять діти нас на гору,

А ми веземо їх з гори. (Санки)

1. Влітку відпочивають,

Взимку дітей катають. (Санки)

1. Ми – спортсмени, нас обох

Бачиш ми завжди удвох.

Ми по снігу швидко линем

Ще й стрибаємо з трампліну (Лижі)

1. Дві дощечки, дві сестри несуть мене з гори. (Лижі)

5.Хто на льоді мене наздожене? Ми біжимо наввипередки.

А несуть мене не коні,

А блискучі … (Ковзани)

1. По стежині, по дорозі

Бігти я у них не в змозі,

По снігу не йдуть як слід:

До вподоби тільки лід (Ковзани)

ІV. ПОСТАНОВКА ЗАВДАНЬ УРОКУ.

*Учитель:* Зима, прекрасна пора. Вона несе з собою безліч розваг та рухливих ігор. Чудово прокататися з гірки на прудких лижах, хокей, покататися на ковзанах, побудувати сніжну фортецю, пограти з друзями в сніжки. Разом з тим треба пам’ятати: зимові розваг можуть бути небезпечними для життя і здоров’я. Саме тому важливо знати і виконувати правила безпеки.

Сьогодні на уроці ми поговоримо про те, як зробити ваш відпочинок взимку безпечним, навчимося правильно поводити себе в надзвичайних ситуаціях.

**Тема уроку: «**Безпечний відпочинок взимку. Правила поведінки на льоду».

СЛАЙД

V. СПРИЙНЯТТЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ.

*Учитель:* Скажіть, будь ласка, що відбувається з водою в зимову пору року? *(відповіді дітей)*

*Учитель:* Коли настає зима, всі водойми вкриваються льодом. Льодове покриття захищає мешканців водойм, рятує їм життя.

Катання на льоду - чудовий відпочинок під час зимових канікул та у вихідні дні. Але під кригою небезпека - льодяна вода, в яку можна потрапити розважаючись. Особливо тоді, коли крига тонка.   
Якщо лід став досить товстим та міцним, і ви з друзями вирішили покататись на ковзанах на льоду, то повинні дотримуватись правил поведінки.   
  
***СЛАЙД „ Безпека на льоду”*.   
Правила поведінки на льоду.**  
- не заходь на лід далеко від берега;   
- не підходь до ополонок і не катайся біля них;   
- не ходи сам по льоду і не збирайтесь великими групами;   
- не з’їжджай на лижах з крутих берегів прямо на лід;   
- не перевіряй міцність льоду ударом ноги;   
- готуючись до переходу на льоду, подивись чи не має підозрілих місць.

*Учитель:* Увага, нам надійшло повідомлення від великого знавця зими і зимових розваг. Як ви думаєте, хто цей знавець? Хто відгадає?

Загадка: Я – онука Мороза і Хуртовини.

Приходжу з подарунками у Новорічну ніч (Снігуронька)

*(відповіді дітей)*

*Учитель:* Так, Снігуронька знає все про лід, і навчить нас визначати, який лід є небезпечним, а який безпечним. Увага на екран.

***СЛАЙД***

Найбільш небезпечна крига – перша та остання, адже вона надзвичайно тонка та неміцна.

- Лід блакитного кольору - найміцніший, а білого - значно слабший.

- Для однієї людини безпечним вважається лід синюватого або зеленуватого відтінку, товщиною більшою за 7 см.

- Для групи людей безпечним є лід товщиною не менше, ніж 15 см. При пересуванні декількох людей по льоду треба йти один за одним на відстані.

- При масовому катанні на ковзанах лід має бути товщиною не менше, ніж 25 см.

***СЛАЙД***

**Де лід особливо небезпечний і ламкий:**- біля стоку води;   
- біля кущів, очерету, там, де водорості вмерзли в лід;   
- там, де великі кучугури - під снігом крига тонша;   
- там, де б’ють джерела або впадає струмок;    
- там, де багато старих рибальських ополонок.

*Учитель:* Перш ніж спуститися на лід водойми, намітьте правильний шлях через кригу. Найкраще - йти по чужих слідах - дорога вже перевірена

***СЛАЙД***

Якщо ви провалилися під лід:

- не гарячкуйте, зберіть сили і волю та вибирайтесь в той бік, з якого прийшли;   
- на лід наповзайте, широко розкинувши руки, намагайтеся не обламувати край ополонки;   
- якщо є палка, дошка, лижі, то спирайтеся на них;   
- якщо поруч є люди, кличте на допомогу, але не марнуйте часу, намагайтесь вибратись самі;   
- спочатку крига може обламуватися, але не здавайтеся, наповзайте на край знову і знову.

*Учитель:* Як тільки виберетесь з ополонки, відкотіться від неї і повзіть до берега. На березі вставайте і біжіть до найближчого житла. Переодягніться в сухий одяг і зігрійтесь.

***СЛАЙД***

Якщо товариш провалився під лід:   
- подивіться, чи є дорослі, яких можна покликати на допомогу;   
- якщо немає, попередьте товариша, що йдете йому на допомогу;   
- до ополонки тільки повзіть;   
- якщо поруч є дошка, лижі, палки беріть їх із собою, щоб простягнути потерпілому;   
- не підповзайте близько до ополонки ( найбезпечніша відстань 3- 4 метри);   
- як тільки потерпілий вхопить предмет, тягніть його до берега, по - пластунськи задкуючи назад.

*Учитель:* Переодягнути потерпілого в сухий одяг. Обережно розтерти кисті рук, ступні ніг, обличчя вовняною тканиною. Дати тепле пиття

*Учитель:* Дякуємо Снігуроньці, що розповіла стільки корисного

*Учитель:* Діти, скажіть будь ласка, коли ми наражаємося на небезпеку провалитися під лід? (**відповіді під час зимової риболовлі)**

*Учитель:* Пропоную вам переглянути короткий **відеофільм «Безпечний відпочинок взимку».**

**Відеофільм**

VI. ФІЗКУЛЬТХВИЛИНКА

*Учитель:* То як, втомилися? Пропоную провести фізкультхвилинку. Фізкульхвилинка не звичайна. Давайте уявимо, що це – крижина (дві парти), ми провалилися під лід, треба вибратися із ополонки і перекотитися подалі від неї.

*(діти по черзі виконують вправу)*

VII. УСВІДОМЛЕННЯ ЗНАНЬ.

*Учитель:* Що це? Діти, Снігуронька залишила листа.

«Любі п’ятикласники, трапилася надзвичайна пригода. Я готувала для першокласників презентацію про правила поведінки на льоду, але щось сталося: слова в правилах переплуталися, підписи під ілюстраціями зникли. Прошу допомогти!!!»

То як, допоможемо?

**Робота в парах.**

Гра «Розсипанка»

1. від , не заходь , далеко, берега, на лід **(не заходь на лід далеко від берега)**
2. до ополонок , не катайся, не підходь, біля них (**не підходь до ополонок, не катайся біля них)**
3. сам , ходи, не, по льоду (**не ходи сам по льоду**)
4. не збирайтесь , на, великими, льоду, групами (**не збирайтесь великими групами на льоду)**
5. міцність, ноги, льоду, ударом, не перевіряй **(не перевіряй міцність льоду ударом ноги)**

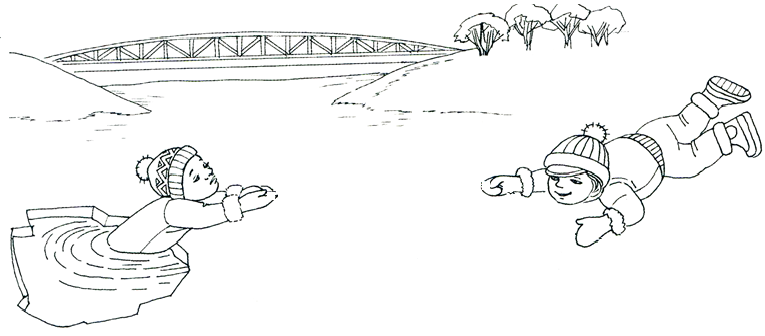
**Самостійна робота**

- Опрацюйте правила поводження на льоду (зробити підпис до ілюстрацій)

*Учитель:* Настав час практично показати ваші дії в екстремальних ситуаціях.

**Робота в групах.**

Моделювання ситуації надання допомоги потерпілому на льоду. Діти отримують малюнок та завдання до нього. Необхідно обговорити ситуацію і домалювати підручні засоби допомоги. Учні підводять підсумки роботи груп.



1 група. Хлопчик провалився в ополонку. Поруч на березі річки покинута будівля біля якої стоять дошки, драбина, лежать автомобільні шини. Ваші дії. Змоделюйте ситуацію.

2 група. Ви з батьками вийшли на лижну прогулянку. Раптом побачили хлопчика, який впав у крижану воду. Як допоможете? Змоделюйте ситуацію.

3 група. Ви побачили хлопчика, що впав у воду. Водойма, де сталася надзвичайна подія знаходяться біля лісу. Ваші дії. Змоделюйте ситуацію.

4 група. Ви побачили хлопчика, який потрапив у воду. Підручних засобів (предметів) поблизу немає. Як врятувати потерпілого? Змоделюйте ситуацію.

VIII. УЗАГАЛЬНЕННЯ І СИСТЕМАТИЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ.

* Щоб перевірити чого ви навчилися на уроці, проведемо тестування.

IX. РЕФЛЕКСІЯ.

* Чи сподобався вам урок?
* Чи були ви достатньо активні?
* Чи хотіли б ви стати рятувальниками в майбутньому?

X. ПІДСУМОК УРОКУ.

- Підсумовуючи наш урок, я би хотіла, щоб ви не тільки знали правила безпеки, а й виконували їх. Тому пам’ятка безпечної поведінки на льоду буде вам корисною згадкою про урок.

ХІ. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

Намалювати малюнок «Будь обережним на льоду», ознайомити батьків із пам’яткою «Правила поведінки на льоду».

*Матеріали, що використовуються у конспекті, взяті з відкритих джерел інформації. Перелік використаних ресурсів:*

<http://www.uaua.info/semya/life-style/article-9221-zimovi-zagadki-1/>

http://mama-tato.com.ua/article/a-789.html

http://www.babybezpeka.org.ua/index.php?section=ice

<http://teacher.at.ua/publ/urok_z_osnov_zdorov_39_ja_2_klas/21-1-0-12654>

<http://svitppt.com.ua/osnovi-bezpeki-zhittediyalnosti-obzh/hochesh-buti->

zdorovim-zagartovuysya.html

<http://svitppt.com.ua/osnovi-bezpeki-zhittediyalnosti-obzh/litni-i-zimovi->

rozvagi.html