**Основи здоров’я 3 клас**

**Тема.** Вітаміни та мікроелементи, їх вплив на здоров’я людини

**Мета**. Актуалізувати та узагальнити знання дітей про здоровий спосіб життя та правильне харчування. Розширити знання дітей про вітаміни та сформувати уявлення про мікроелементи. Розкрити значення вітамінів та мікроелементів для здоров’я людини. Розвивати пізнавальну активність дітей, мислення, усне зв’язне мовлення. Удосконалювати навички самостійної, парної та групової роботи. Виховувати дбайливе ставлення до свого здоров’я.

**Обладнання.** Підручник «Основи здоров’я» О. В. Гнатюк 3 клас, записи на дошці, друковані таблиці, предметне обладнання для гри, презентація до уроку

**Короткий коментар**. Урок побудований за структурою уроків розвитку критичного мислення. На початку дошка порожня. Вона заповнюється поступово, протягом уроку. Ліва сторона – обґрунтування навчання та актуалізація, центральна частина – усвідомлення змісту, права – рефлексія.

**Хід уроку**

**І. Розминка**

Ось і дзвоник пролунав,

До уроку нас зібрав.

Діти, посміхніться,

На сусіда подивіться.

Всі готові працювати? (так)

Можна нам розпочинати.

* Покажіть, що ви готові працювати у парі.
* Покажіть, що готові працювати у групі.
* Сідайте. Покажіть, з яким настроєм ви починаєте наш урок. Візьміть свої кольорові олівці.
* Сподіваюсь, що наш урок пройде у творчій атмосфері.

**ІІ. Обґрунтування навчання**

1. Слухання та обговорення притчі

* Готуючись до уроку, я прочитала цікаву притчу ( це невелика повчальна історія). Я хочу, щоб ви її почули. В кінці цієї притчі треба додати слово. Послухайте уважно і подумайте, яке ж це слово.

Два учні читають притчу за особами.

Одного чоловіка якось запитали:

* Що тобі потрібно, щоб бути повністю щасливим? Може мішок золота?
* Ні, без цього я можу обійтись, - відповів чоловік.
* Може просторий багатоповерховий палац?
* І це мені не потрібно.
* Може дорогоцінне каміння та прикраси?
* У мене ніколи їх не було і я чудово без цього обходився, - відповідає.
* Може смачна їжа?
* Після важкої праці і черствий шматок хліба здається смачним.
* То що ж тобі потрібно для щастя?
* Те, - відповідає чоловік, - що не можуть замінити ні гроші, ні палаци, ні коштовності.
* Що ж це?
* Це …
* Що ж сказав чоловік? Яке слово треба додати?

Якщо думки дітей розділяються, то вчитель пропонує:

* Розшифруйте слово, і ви дізнаєтесь, що ж сказав чоловік.

Слово «здоров’я» записується на дошці.

1. Вправа «Дерево рішень»

* Чоловік у притчі сказав, що для того, щоб бути щасливим, йому потрібно здоров’я.
* А для чого треба бути здоровим?
* Що ж треба робити, щоб залишатись здоровим?

На дошці під словом «здоров’я» записуються пропозиції дітей:

* фізичні вправи та спорт
* режим дня
* правильне харчування
* загартовування
* дотримання правил гігієни
* медичне обслуговування тощо
* Ось таке дерево рішень у нас вийшло. (Вчитель домальовує стовбур та гілки «дерева»)
* Якщо ми будемо дотримуватись цих правил, то здоров’я наше буде міцним, як це дерево.
* А без чого людина не може обійтись кожного дня? (без їжі)

**ІІІ. Актуалізація**

1. Вправа «Мозковий штурм»

* Що включає в себе поняття «правильне харчування»?

(діти дають короткі відповіді: треба їсти овочі та фрукти; не переїдати; їсти регулярно; вживати продукти, багаті на вітаміни тощо)

1. Вправа «Розсипане речення». Визначення теми уроку

* Складіть розсипане речення і ви зрозумієте, про що ми будемо говорити далі на уроці.

На дошці переплутані частини речення. Діти складають:

*Корисні продукти мають бути багаті на вітаміни*

* Я ще додам два слова: *і мікроелементи*
* То ж про що піде мова далі?

**ІV. Усвідомлення змісту**

1. Знайомство з новими поняттями

* Із словом «вітаміни» ви вже знайомі. Якщо звернутись до тлумачного словника, то можна прочитати таке пояснення (читає учень):

*Вітаміни* – речовини, які знаходяться у рослинних і тваринних організмах і необхідні для нормальної життєдіяльності людини і тварин.

* Що ж таке мікроелементи?

*Мікроелементи* – хімічні елементи, що містяться у рослинних і тваринних організмах у малих дозах: залізо, кальцій, магній, йод та інші.

* Вітаміни та мікроелементи ми не можемо ні побачити, ні поторгати, але їх досить багато у всіх корисних продуктах.

1. Вправа «Читання з позначками»

* Дізнатись більше ви зможете, працюючи самостійно із статтею підручника. Сьогодні я пропоную вам такі позначки:

+ це я знаю

* цього я не знав

? є питання, хочу дізнатись більше

Таблиця з позначками вивішується на дошці.

Діти читають самостійно текст підручника, ставлять на полях помітки.

Перевірка роботи

* Давайте проаналізуємо, що ви знали, що не знали, про що хотіли б дізнатись більше.

1. Вправа «Взаємні запитання»

* Продовження статті ви будете опрацьовувати в парах. Учень першого варіанту читає перший абзац, потім ви задаєте один одному питання по прочитаному. Далі навпаки.

Перевірка роботи

* Про які важливі мікроелементи ви дізнались із статті?

1. Фізхвилинка
2. Презентація

* Я приготувала для вас презентацію, щоб розширити та доповнити ваші знання.

Перегляд презентації

1. Гра «Назви причину»

* Тепер давайте пограємо. Ми говоримо про всі ці важливі речі, щоб ви могли використовувати їх у житті. До мене звернувся один покупець і попросив проаналізувати покупки. Чи всі продукти, які він придбав, корисні. Гра називається «Назви причину». Треба дістати із пакета продукт, назвати його, сказати, чи корисний він, чи ні і чому.

Діти виходять по одному і аналізують продукти

* Корисні продукти складемо у кошик. Тепер ви зможете навіть своїм батькам дати поради щодо корисних продуктів, коли будете разом з ними ходити до магазину.

**V. Рефлексія**

1. Складання сенкану.

- Підведемо підсумок. Пропоную скласти сенкан до слова «Вітаміни»

Діти працюють у групах

Підведення підсумку, фронтальне складання сенкану.

2.Вправа «Продовж речення»

Дітям пропонується продовжити речення:

«Сьогодні на уроці я дізнавсь…»

«На уроці я навчивсь…»

«Найбільш цікавим для мене було…»

1. Психологічний супровід

Покажіть з яким настроєм ви закінчуєте урок. Діти з допомогою кольорових олівців показують свій настрій.

* Дякую вам за активну роботу на уроці. Урок закінчений.

Запорізький навчально-виховний комплекс І ступеня «Світанок»

**План-конспект відкритого уроку з основ здоров’я у 3 класі**

**Тема. Вітаміни та мікроелементи, їх вплив на здоров’я людини.**