**Конспект интегрированного урока в 3 классе**

**окружающий мир + физическая культура по теме:**

**«Профилактика вредных привычек»**

**Цели:**

* способствовать овладению воспитанниками объективными, соответствующими возрасту знаниями о правильном образе жизни и здоровье как самой главной ценности;
* формировать здоровые установки и навыки ответственного поведения, снижающие вероятность приобщения к вредным привычкам.

**Задачи:**

* формирование компетенции личностного самосовершенствования воспитанников через формирование культуры здорового образа жизни;
* формирование коммуникативной компетенции воспитанников через проведение занятий и распространение подготовленной информации о влиянии вредных привычек на организм человека;
* научить противостоять вредным привычкам.

**I. Организационный момент**

***Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления.***

– Ребята, у вас на партах лежат карточки.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ы | У | О | Р |
| У | П | О | У |
| И | О | В | Ч |
| У | К | О | А |

– Ваша задача, вычеркнуть повторяющиеся буквы. Из оставшихся букв сложить и прочитать слово.
– Какое слово у вас получилось? ( У нас получилось слово **«привычка**)

**II. Введение в тему**

– Что означает слово «привычка»?
*Ответы  детей*
– ПРИВЫЧКА – поведение, образ действий, склонность, ставшие для кого-нибудь в жизни обычными, постоянными. То есть, привычка – это то, что мы делаем постоянно. Ведь не зря наши далекие предки подметили и выразили в слове о том, что **привычка – вторая натура**.
– Как вы понимаете смысл данной пословицы?
*Ответы  детей:*
–А у вас есть привычки?
*Ответы  детей*

– Сегодня на занятии мы с вами попытаемся разобраться в имеющихся у каждого из нас привычках и их влиянии на наше здоровье.

**III. Работа по теме**

**1. Работа по группам**

– Ребята, у вас на столах лежат карточки с заданием. Внимательно прочтите задание и выполните его

1. Прочитай список привычек.
2. Выбери из списка полезные привычки и поставь напротив каждой «+»
3. Выбери из списка вредные привычки и поставь напротив каждой «–»
4. Если ты не знаешь, какая это привычка, то поставь напротив «?»

**Список привычек:**

* спать с открытой форточкой
* обманывать
* умываться
* чистить зубы
* грызть ногти
* сутулиться
* класть вещи на место
* выполнять домашнее задание
* заниматься спортом
* пропускать уроки
* говорить правду
* лениться
* курить
* читать лежа
* мыть за собой посуду
* драться
* конфликтовать

*(После выполнения задания детьми проводится обсуждение)*

– Итак, какой вывод мы можем сделать?

 Привычки есть у каждого. Они разные: плохие или вредные, хорошие или полезные. Одни привычки со временем проходят, другие появляются, третьи остаются на всю жизнь. **Важно, чтобы ваши привычки помогали быть здоровыми.** Создано много пословиц о здоровье. Я буду произносить начало пословиц, а вы среди карточек, которые лежат у вас на столе, должны найти концовки пословиц.

|  |  |
| --- | --- |
| **В здоровом теле ...** | **... здоровый дух** |
| **Здоровье ...** | **... дороже золота.** |
| **Существует тысячи болезней...** | **... здоровье только одно.** |
| **Здоровому человеку каждый день** | **... праздник.** |
| **Где табак, там язва и ...** | **... рак.** |
| **Лучше дышать свежим воздухом, чем ...** | **... пить лекарство.** |

Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

-Правильно, чтобы быть здоровым, необходимо уметь заботиться о своём здоровье самим, приобретать полезные привычки и избавляться от вредных, если они есть.

2. Какие же вредные привычки мешают человеку быть здоровым? (презентация)

Ведущий: Слайд 1

Добрый доктор Айболит

В нашей школе он сидит.

Приходили к нему лечиться

И ученики, и ученицы.

Слайд 2

И пришёл к Айболиту юнец,

Был он вовсе юнец!

 Ученик:

Слышь, ты, чудак очкастый,

Я что-то не пойму,

Мне идёт уже год двенадцатый,

А я всё не расту.

 Айболит:

Ну что ж, посмотрим, милый!

Немного подыши…

Мне всё теперь уж ясно:

Поменьше ты кури!

И рост твой замедляется,

И лёгкие сужаются,

И мозг твой иссушается!

 Слайд 3 Ученик *(бросает сигарету)*:

Нет, не буду я курить!

Я хочу ещё пожить!

Лучше спортом я займусь,

Раз 500 я отожмусь,

Пробегу я стометровку,

Буду прыгать очень ловко!

 Слайд 4 Ведущий:

И приходили девчата,

Смотрели они виновато.

 Две девочки:

Помоги нам, Айболит!

Всё у нас сейчас болит.

Ноют уши и язык,

Губы, нос распухли вмиг,

И пупок у нас болит,

Ой, спаси нас, Айболит!

 Айболит:

Ох, красавицы-девчата,

Сами вы ведь виноваты,

С пирсингом будь осторожен,

Занесёшь ты грязь под кожу.

А потом лечись-лечись…

Лучше мыться не ленись,

Будешь весел и здоров

И забудешь докторов!

 Девочки *(снимают пирсинг)*:

Благодарны, доктор, вам,

Снимем мы весь этот хлам,

Мы и так красивей всех,

Ждёт победа нас, успех.

 Слайд 5 Ведущий:

А в классе, а в классе

За партою сидят

И корчатся от боли

Несколько ребят.

У двух мальчишек бедных

Зубки болят.

Девчонки, закрыв ротики,

Схватились за животики.

У них, у девчат,

Животики болят!

 Два мальчика:

Ох, наелись мы конфет,

Плюшек и пирожных.

Так болит, что мочи нет,

Может вы поможете?

 Две девочки:

Ой, болит, болит, болит!

Ой, спаси нас, Айболит!

Помоги нам, помоги!

К нам скорей беги-беги!

 Айболит:

Бестолковые вы, детки,

Очень любите конфетки.

Чистить зубки забываете,

Вот поэтому страдаете!

Вы же, девицы-сестрицы,

Позабудьте чипсы-пиццы.

Животы чтоб не болели,

Надо, чтобы завтрак в школе ели!

 Девочки и мальчики *(вместе)*:

Ой, спасибо, Айболит,

Ничего уж не болит!

Будем завтракать в столовой,

Чистить зубы мы готовы!

 Слайд 6 Ведущий:

К Айболиту пришёл ученик,

Головою совсем он поник.

Стал почти слепой,

С головой пустой.

Айболиту всё понятно:

 Айболит:

Тут компьютер вероятно,

Целый день в контакте ты

И дошёл до слепоты!

Надо действовать разумно,

Вот тогда ты будешь умный.

Поиграл час - отдохни,

Погуляй да и поспи!

 Ученик:

Всем теперь рецепт Ваш дам,

Чтобы отдых дать глазам,

Чтоб «пятёрки» получать,

На уроке не молчать!

 Ведущий:

Вот и вылечил он их,

Вот и вылечил больных.

И пошли они смеяться,

И плясать, и баловаться!

Помните!

Чтобы быть здоровым, надо:

Не курить!

Не носить пирсинг!

Не есть чипсы и сухарики натощак!

Не играть в компьютер целый день!

Не пробовать наркотики никогда!

**IV Спортивная часть**

Умение вести здоровый образ жизни - признак высокой культуры человека, его образованности, настойчивости, воли. Чтобы быть здоровым надо дружить с физкультурой.

* 1. **Ученик:**

Это с нашего двор
Чемпионы-мастера
Носят прыгалки в кармане,
Скачут с самого утра. (А. Барто)

**Учитель:**

А теперь, как вы догадались, бег со скакалкой. Каждый участник, прыгая через скакалку, добегает до финиша и обратно, передает скакалку следующему.

* 1. **Ученик:**

На снегу две полосы,
Удивились две лисы.
Подошла одна поближе:
Здесь бежали чьи-то…(лыжи)

**Учитель:**

Следующая эстафета “Снаряди лыжника”. Каждый участник на своем этапе должен добежать до “лыжника”, надеть часть снаряжения и вернуться. Первый участник должен одеть на “лыжника” лыжную шапочку, второй – куртку, третий, четвертый – лыжные ботинки, пятый – шарф, шестой – варежки, седьмой – лыжи, восьмой - приносит лыжные палки.

* 1. **Ученик:**

Эта птица – не синица,
Не орел и не баклан.
Эта маленькая птица
Называется…(волан)

**Учитель:**

Вам надо донести на ракетке волан до финиша, вернуться и передать следующему.

* 1. **Ученик:**

Не обижен, а надут,
Его по полю ведут.
А ударят – нипочем
Не угнаться за… (мячом)

**Учитель:**

А теперь ребятам, передвигаясь парам, предстоит перебрасывать мяч, стараясь не уронить мяч.

* 1. **Учитель:**

Перетягивание каната имеет многовековую историю. Этот вид спорта входил в программу Олимпийских игр в начале 20 века. А первые упоминания относятся еще к Древнему Египту. Перетягивание каната входило в программу физической подготовки юношей в древнегреческих городах-государствах Афинах и Спарте. Сейчас по этому виду спорта регулярно проводятся чемпионаты мира.

*Перетягивание каната.*

 **V. Рефлексия**

-Что взяли полезного для себя с сегодняшнего занятия? (Ответы детей).

 Вы хорошо поработали. Встаньте, в круг, взявшись за руки, и произнесите слова:

Всем здоровья мы желаем,

Никого не обижаем,

Хватит места на земле
Людям всем, животным, мне
Что б земля наша цвела,
Мы желаем всем добра.