

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы

«Школа № 1384 имени А.А. Леманского»

Методическая разработка классного часа
«Путешествие в историю здоровья»
для обучающихся 3-4 классов

Автор: Матвеева Ирина Осиповна,
учитель начальных классов

Рекомендации по работе с презентацией тематического занятия

«Путешествие в историю здоровья»

для обучающихся 3-4 классов

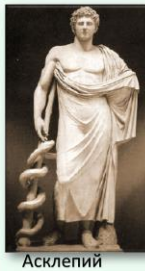
Цель: формирование валеологической культуры обучающихся.

Задачи:

- познакомить обучающихся с этимологией слова «гигиена», историей зарождения физической культуры, появлением табака в Европе, мерами борьбы с курением в прошлом, возникновением правил дорожного движения и первых пожарных отрядов;
- формировать негативное отношение к курению;
- развивать умение анализировать и систематизировать информацию, аргументировано высказывать свою точку зрения.

Методический материал (сценарий) носит рекомендательный характер. Классный руководитель, принимая во внимание особенности каждого класса, может варьировать задания, их количество, менять этапы классного часа.

Слайд	Комментарий для учителя																																																																								
Мотивация Эпиграф «Здоровье дороже богатства» Джон Рей	I. Мотивация - Вставьте подходящее по смыслу слово в изречение шотландского врача Джона Рея. - Что дороже богатства? - Объясните смысл данного высказывания: «Здоровье дороже богатства».																																																																								
Путешествие в историю здоровья! 17 21 20 6 26 6 19 20 3 10 6 3 10 19 20 16 18 10 32 9, 5, 16, 18, 16, 3, 30, 33! <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>Ж</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td></tr><tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Ь</td><td>Э</td><td>Ю</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td></tr><tr><td>33</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	Ж	1	2	3	4	5	6	7	8	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	9	10	11	12	13	14	15	16	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	17	18	19	20	21	22	23	24	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	25	26	27	28	29	30	31	32	33								II. Определение темы занятия - О чем пойдет речь на занятии? - Попробуем более конкретно сформулировать тему занятия. - На слайде представлен алфавит. Каждой букве соответствует порядковый номер. Вверху даны числа. Заменив их соответствующими буквами, вы сможете определить тему занятия.
А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	Ж																																																																		
1	2	3	4	5	6	7	8																																																																		
З	И	Й	К	Л	М	Н	О																																																																		
9	10	11	12	13	14	15	16																																																																		
П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц																																																																		
17	18	19	20	21	22	23	24																																																																		
Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь	Э	Ю																																																																		
25	26	27	28	29	30	31	32																																																																		
33																																																																									

Блиц-опрос 	III. Актуализация опорных знаний. Блиц-опрос - Чтобы сформулировать цель занятия, предлагаю провести блиц-опрос. - Поведение человека, направленное на содержание тела, обуви, одежды и жилища в чистоте, закаливание организма. (Гигиена) - Регулярная физическая нагрузка, укрепляющая здоровье. (Физкультура) - Как называется вредная привычка, которая приводит к заболеванию легких человека? (Курение) - Назовите антоним к слову опасность. (Безопасность) - Сформулируйте цель, используя данные понятия согласно теме занятия. (Познакомимся с новыми историческими сведениями о гигиене, физкультуре, вреде курения, безопасного поведения человека.)
 Греция Вопросы: 1. Что такое гигиена? 2. Как возникло слово «гигиена»?	IV. Изучение нового Мы с вами отправимся в Грецию. Там мы найдем ответы на вопросы: 1. Что такое гигиена? 2. Как возникло слово «гигиена»?
Как возникло слово «гигиена»?  Гигиен  Асклепий (Эскулап) Гигиена – раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, система действий, направленных на поддержание чистоты и укрепления здоровья.	-Как вы думаете, что такое «гигиена»? -Прочитайте информацию на слайде и сравните ответы ребят. -Кто из ребят оказался прав? Слово «гигиена» связано с именем древнегреческой богини здоровья Гигиен, дочери реально существовавшего греческого врача Асклепия. Богиня всегда изображается со змеей, пьющей из чаши. В чаше содержится напиток жизни, а в нем — ядовитые начала, болезни и страдания, которые могут погубить людей. Ползущая по руке Гигиен змея, собирается выпить содержимое чаши и обезвредить ядовитые начала — символ того, что только с помощью науки, можно избавиться от болезней. Задание 1. Составьте предложения. Для выполнения задания перейдите по ссылке. Задание 2 (рабочий лист). Работа в группах.
Долина рек Тигра и Евфрата (Ирак)  Вопросы: 1. Где зародилась физическая культура? 2. Как занятия физкультурой влияют на организм человека?	Мы отправляемся в Ирак. В долине рек Тигра и Евфрата мы найдем ответы на следующие вопросы: 1. Где зародилась физическая культура? 2. Как занятия физической культурой влияют на организм человека?

Где зародилась физическая культура?



Конный лучник



Войско шумеров

Самая древняя цивилизация – шумерская. Она возникла на территории древней Месопотамии около 4-ех тысяч лет до нашей эры, в долине рек Тигр и Евфрат. В настоящее время – это территория Ирака, зона Персидского залива. В древней Месопотамии проживал народ — шумеры. Армия набиралась из свободного сельского населения. Физические упражнения непосредственно были связаны с военной подготовкой, поэтому была велика роль армии в развитии физической культуры.

Как занятия физкультурой влияют на организм человека?



Занятия физкультурой улучшают общее самочувствие человека и могут предотвратить многие серьезные заболевания. Физические упражнения снижают **тревожность** и даже предотвращают **стрессы**.

Большинство современных людей думает, что занятия физкультурой им ни к чему, так как у них нет лишнего веса. Но физические упражнения полезны как для страдающих избыточным весом, так и для людей, у которых нет этой проблемы. Занятия физкультурой способны улучшить общее самочувствие человека и предотвратить многие серьезные заболевания. Под влиянием физических упражнений улучшается кровоснабжение мышечной ткани (в том числе и сердечной мышцы). По недавним исследованиям было замечено, что физические упражнения снижают тревожность и даже предотвращают стрессы.

Задание 3. Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 4 (рабочий лист). Работа в группах.



Отправляемся в Северную Америку, чтобы ответить на следующие вопросы:

1. Откуда попал табак в Европу?
2. Почему люди курили?
3. Какие меры принимались по борьбе с курением?

Откуда попал табак в Европу? Почему люди курили?



Высадка Колумба на острова Северной Америки



Табак начал получать свое распространение как лекарственное средство.

«Открытие» табака связывают с именем Х. Колумба. Матросы, высадившиеся на Кубу, впервые увидели, как аборигены поджигали скатанные в трубочку листья и глотали дым, выпуская его через ноздри, до тех пор, пока с ними не начинал беседовать "великий дух".

Очевидно, большое количество выкуренного табака, вызывало у местных жителей слуховые галлюцинации. Вместе с тем, заметьте, курили индейцы не для забавы и не каждый день, а только в религиозные праздники.

Табак начал получать свое распространение как лекарственное средство. В Европе его применяли в

	качестве лекарства от усталости, сонливости головных болей, и нервных болезней. Табак жевали, клали за щеку, курили. Вскоре люди разуверились в "целебных" свойствах табака, так как стало очевидным вредное воздействие табака на здоровье. Курильщиков начали преследовать. И порой очень жестоко. Так, например, в Турции за курение сажали на кол, в Италии табак был объявлен забавой дьявола, в Англии курильщиков приравнивали к вора и водили по улицам с веревкой на шее. В России всего 300 лет тому назад специальном Уложении от 1649 года было записано "...велено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытатъ и битъ на козле кнутом, пока не признаются, откуда зелье получено". Торговцев табаком повелевалось "пороть и ссылатъ в дальние города". Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) в 2003 году приняла Рамочную Конвенцию против табака. Это первый юридически обязательный документ глобального Всемирного масштаба по борьбе с курением. Россия присоединилась в 2008 году. Задание 5. Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по ссылке. Задание 6 (рабочий лист). Работа в группах.
Меры по борьбе с курением  В России курильщиков пороли кнутом.  В Турции курильщиков сажали на кол.  В Италии табак был объявлен забавой дьявола.  В Англии курильщиков водили по улицам с веревкой на шее.	Продолжаем наше путешествие в столицу Италии – Рим. В ходе путешествия мы узнаем ответы на следующие вопросы: 1. Где впервые появились правила дорожного движения? 2. Где были учреждены первые пожарные отряды?
Столица Италии - Рим   Вопросы: 1. Где впервые появились правила дорожного движения? 2. Где были учреждены первые пожарные отряды? Где впервые появились ПДД?   Гай Юлий Цезарь Улицы Древнего Рима	Проблемы уличных пробок и мест для стоянки остро давали о себе знать еще в Древнем Риме. И первым, кто взялся за их решение, был Юлий Цезарь. Традиционно он считается лишь выдающимся полководцем, государственным деятелем и писателем. Но мало кто знает, что именно Юлий Цезарь ввел в действие древнеримские правила дорожного движения. При всем своем несовершенстве они уже тогда включали ряд положений, которые используются и сейчас. Так для предотвращения заторов были введены улицы с односторонним движением.

Воспользуйтесь ссылкой и посмотрите видеоролик о правилах поведения в метро.	- Мы с вами живем в Москве. - Каким видом общественного транспорта чаще всего пользуются жители и гости столицы? Ежедневно Московский метрополитен перевозит около 8,5 миллионов человек. Задание 7. Посмотрите видеоролик о правилах поведения в метро и ответьте на вопросы. Для выполнения задания воспользуйтесь ссылкой. Задание 8. Прослушайте фрагмент из рассказа Н. Носова «Метро». Найдите ошибки в поведении главных героев рассказа. Для выполнения задания воспользуйтесь ссылкой.
Где были учреждены первые пожарные отряды?  Октавиан Август  Вигилы	Самые первые пожарные в истории появились около 27 года до нашей эры в Риме, когда Октавиан Август создал отряд вигиллов. Исторически вигилы были ночной стражей Рима. Кроме того, они исполняли обязанности первых пожарных дружин. Римские пожарные отряды, называемые «вигилами» («Vigiles» - «бдительные») также действовали, как полицейские и были оснащены сложными бронзовыми «сифосами» - водяными насосами. Однако тесная застройка Рима способствовала быстрому распространению пламени, поэтому стоявшие на пути огня здания, часто просто сносили, чтобы остановить пожар. Задание 9. Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по ссылке. Задание 10 (рабочий лист). Работа в группах.
Итог Составьте синквейн со словом «здоровье»  Памятка написания синквейна 1 строка – одно имя существительное, выражающее главную тему синквейна. 2 строка – два имени прилагательных, выражающих главную мысль. 3 строка – три глагола по теме. 4 строка – фраза, предложение, отражающее тему. 5 строка – заключение в форме одного имени существительного, синонима к первому слову.	V. Итог занятия Слово «здоровье» образовалось от прилагательного «здоровый», которое в свою очередь произошло от существительного «dorvo» – дерево. Буквальное значение – «похожий на дерево». Быть таким же сильным и крепким, как дерево. -Составьте в группах синквейн со словом «здоровье». -Что нового узнали на занятии? -Какое задание оказалось самым трудным?

Задание 1

Составьте предложения. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 2

Составьте загадку о предмете личной гигиены, изображенном на картинке.

Пояснительная записка

Для составления загадки воспользуйтесь таблицей, приведенной ниже. Слева запишите не менее трех признаков или действий, либо действий и признаков, которые имеет или совершает предмет. Справа запишите имена существительные, которые совершают такое же действие или обладают таким же признаком, как загаданный вами предмет. Пары слов разделите связкой «а не...» или «но не...».

Таблица

Признаки или действия предмета	Предмет, имеющий такой же признак (совершающий такое же действие)
Белый	сахар
Пушистый	заяц
Тает	мороженое

ЗАГАДКА: Белый, а не сахар,

Пушистый, а не заяц,

Тает, а не мороженое.

(Снег)

1 група

Загадка









Задание 3

Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 4

Придумайте физкультминутку для определенной группы мышц (3-4 упражнения).

1 группа

Придумайте физкультминутку для глаз.

2 группа

Придумайте физкультминутку для поясничного отдела позвоночника.

3 группа

Придумайте физкультминутку для кистей и пальцев рук.

4 группа

Придумайте физкультминутку для шейного отдела позвоночника.

Задание 5

Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 6

Разрешите проблемные ситуации.

1 группа

Я встретил на улице своего друга в компании подростков. Во дворе их все считали крутыми ребятами. Мой друг решил познакомить меня с ними, чему я очень обрадовался. Но оказалось, чтобы попасть к ним в компанию, я должен был принести сигареты и закурить, зарекомендовав себя взрослым.

Как бы вы поступили в такой ситуации?

2 группа

Однажды мы с друзьями решили пойти в кино. По дороге мой друг предложил выкурить сигарету, которую он незаметно взял у своего отца. Я никогда не курил,

поэтому отказался. Но все ребята из нашей компании уже пробовали курить. Они стали смеяться надо мной и говорить, что я маленький.

Как бы вы поступили в такой ситуации?

3 группа

Ребята сидели на лавочке во дворе и смотрели новую книжку. Вдруг кто-то из ребят сказал: «Почему так плохо пахнет? У меня даже глаза щипало!» Они повернулись и увидели, что рядом с ними на лавочке присели незнакомые мужчины. Взрослые разговаривали, разглядывая какие-то документы, и курили. На детей они не обращали никакого внимания.

Как бы вы поступили в такой ситуации?

4 группа

За столом сидели взрослые и мы с братом. Один из гостей решил закурить. Взрослые не обращали внимания на курящего. Вкус пищи стал перебивать запах табачного дыма.

Как бы вы поступили в такой ситуации?

Задание 7

Посмотрите [видеофрагмент](#) и ответьте на вопросы.

1. Что такое эскалатор?

2. С какой стороны нужно стоять на эскалаторе?

3. Какие правила нужно соблюдать в вагоне поезда?

4. В каких местах нужно переходить железнодорожные пути?

5. Что обозначают эти знаки?



6. Какие сигналы предупреждают о приближении поезда на железнодорожном переезде?

Задание 8

Прослушайте фрагмент из рассказа Н. Носова «Метро». Найдите ошибки в поведении главных героев рассказа. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 9

Из перечисленных вариантов выберите правильный ответ на вопрос. Для выполнения задания перейдите по [ссылке](#).

Задание 10

Рассмотрите иллюстрации. Дополните заголовок, выбрав нужный вариант. Найдите ошибки и запишите правила поведения в данной ситуации.

Варианты: на улицах города, в лесу, в быту, на дороге.

1 группа

Безопасность







