

Конспект урока математики в 1 классе со здоровьесберегающими технологиями

Цели:

- рассмотреть основные составляющие здорового образа жизни;
- закрепление знаний по нумерации чисел от 1 до 20.

Планируемый результат изучения материала: умение принимать и сохранять задачу, планировать свои действия в соответствии с ней, умение проговаривать последовательность чисел от 10 до 20, применять термины «однозначное число» и «двузначное число», анализировать задачу: сравнивать краткое содержание со схематическим рисунком; составлять краткую запись задачи.

Задачи:

- Формировать умение образования чисел, считать в пределах 20, развитие мыслительных действий: анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация.
- Развивать внимание, логическое и образное мышление.
- прививать интерес к предмету, воспитывать у учащихся чувства товарищества, сопереживания.

Здоровьесберегающие:

- создание благоприятных условий на уроке для учащихся.

УУД метапредметные:

Личностные: повышение уровня мотивации учебной и творческой деятельности; самостоятельное определение и высказывание общих для всех людей правил поведения.

Регулятивные: развивать умение принимать и сохранять задачу, планируя свои действия в соответствии с ней; вырабатывать способность различать способ и результат действия; в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи.

Познавательные: классифицировать по заданным критериям; оценивать информацию; ориентироваться в разнообразии способов решения задач и выбирать наиболее эффективные; осваивать умение конструировать способ решения задач нового типа в сотрудничестве с учителем и другими учащимся класса.

Коммуникативные: отвечает на вопросы учителя, одноклассников; старается договариваться, умеет уступать, находить общее решение.

Ход урока:

I. Организационный момент.

Громко прозвенел звонок –

Начинается урок.

Наши ушки на макушке,

Глазки хорошо открыты.

Слушаем, запоминаем,

Ни минуты не теряем.

Аутогенная тренировка.

- Теперь закройте глаза, повторяйте со мной:

«У меня хорошее настроение. Я могу быть добрым, умным и терпеливым. Я сумею сделать все! Я буду предельно внимателен на уроке».

- Пусть урок принесет вам радость!

- Сядьте на стул поудобнее. Сделайте вдох и выдох. Медленно выдыхайте.

- Вдох, задержите дыхание, выдохните.

- Растирайте грудь, спину. Выпрямляем позвоночник.

II. Мотивационное начало урока. Сообщение темы и целей урока.

Мы продолжим изучение математики, ведь математика – царица всех наук, и тот, кто занимается ею, сможет не только считать и решать задачи, но и станет находчивым, сообразительным.

(на доске написаны примеры.)

14+4 11+7 13+6

- Кто сможет прочитать примеры?

- А кто догадался, как решаются такие примеры? (*К десяткам прибавляются десятки, а к единицам – единицы.*)

- Чему мы будем учиться сегодня на уроке?

- Какие мы поставим перед собой цели? (закрепление знаний по нумерации чисел от 1 до 20)

-А ещё мы с вами поговорим **о здоровом образе жизни.**

На доске вы видите девиз нашего урока, прочитаем его вместе:

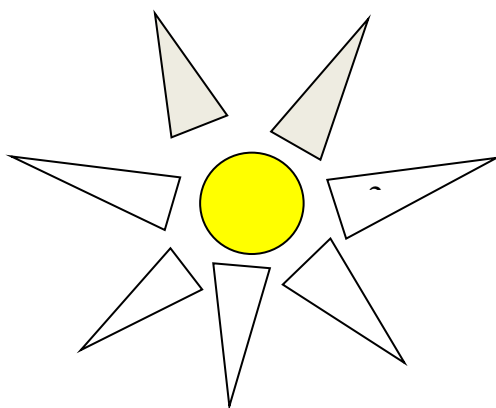
***Я умею думать, я умею рассуждать,
Что полезно для здоровья, то и буду выбирать!***

-Вот перед вами Солнце. Солнце-это наше здоровье. Чтобы оно засияло ярко и ласково, нам необходимо открыть «секреты» лучиков Здоровья.

-Вы готовы? (да)

-Тогда произнесём волшебные слова:

***Задания урока будем выполнять,
Секреты лучиков здоровья будем открывать!***



III. Минутка чистописания.

-Откройте тетради. Давайте вспомним правила письма: (хором)

- Я тетрабочку открою
И как надо положу.
Я, друзья, от вас не скрою:
Ручку я вот так держу!
Сяду прямо, не согнусь!
За работу я возьмусь!

-Запишите число.
Отгадайте загадку:

- Отгадайте-ка, ребятки,
Что за цифра-акробатка?
Если на голову встанет,
Ровно на три больше станет. (шесть)

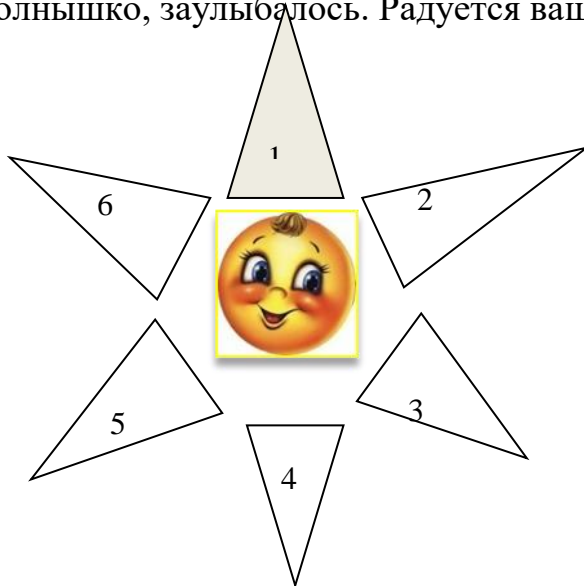
- Сегодня устроим конкурс красоты для цифры «шесть». Давайте напишем носом в воздухе её 3 раза. (упражнение для шеи).

- А теперь напишем большую «шесть» медленно указательным пальчиком правой руки в воздухе, глазами следим за пальчиком. (упр. для глаз)

-Пропишите в тетради строчку, тщательно копируя с образца написания.

6 66 666 6666

- Вот и ожило наше солнышко, заулыбалось. Радуетя вашим успехам.



IV. Устный счёт

1. Таблица сложения в пределах 10 (2мин)

Упражнение для пальцев рук (10-15с).

«Человечек» - указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по столу.

«Корни деревьев» - кисти рук сплетены, растопыренные пальцы опущены вниз.

-Повторим таблицу сложения. Возьмите карточки, которые лежат у вас на партах, свой вариант. Записываем в тетради только ответы.

В -1
2 + 4
7 - 4
2 + 8
4 - 1

В - 3
2 + 5
8 - 5
9 - 4
7 + 3

В-2
6 + 4
9 - 3
6 - 2
5 + 2

В - 4
4 + 5
5 + 3
8 - 4
9 - 6

2. Игра « Верно – неверно» (сигнальные карточки: красный (неверно)– зелёный (верно)

В прямоугольнике 4 угла?(з.)

В любом квадрате все стороны равны?(з.)

Число 19 - двузначное число? (з.)

10 самое маленькое двузначное число? (з)

Если к числу прибавить 1, то получится всегда 1? (к)

Если к числу прибавить 0, то получится всегда это же число? (з)

-Устный счёт мы закончили. Теперь вам предстоит открыть « секрет»

1-го лучика, но для этого нужно сделать выбор.

Соблюдай
чистоту!

Чистота - не
главное!

- Каков ваш выбор?

- Почему? (Содержать в чистоте нужно своё тело, одежду, жилище. Здоровый образ жизни начинается с чистоты! Но чистоты телесной и чистоты в одежде мало для здоровья. Надо ещё беречь чистоту в душе, не марать её злыми мыслями и делами. В русской народной пословице говорится: « Железо ржа съедает, а завистливый от зависти погибает»)

-Вот вы и **открыли первый секретик**. И лучик на нашем солнышке здоровья теперь ярко сияет.

(учитель открывает 1-й секрет здоровья, это луч выделен жёлтым цветом, остальные лучи не выделяются)

Соблюдай
чистоту!

V. Физминутка

Мы к плечам прижали руки,
Начинаем их вращать.
Прочь усталость, лень и скука,
Будем мышцы разминать!
А теперь покрутим шей,
Это мы легко сумеем.
Как упрямые все дети,
Скажем: «Нет!» - на все на свете.
А теперь мы присядем
И колени разминаем
Ноги до конца сгибать!
Раз – два – три – четыре – пять,
Напоследок пошагаем,
Выше ноги поднимаем!

VI. Работа по теме урока. Организация тренировочных упражнений по совершенствованию практических умений и навыков у учащихся (тренинг):

- Сравним числа:

на доске:

12 и 15	0 и 12
11 и 5	16 и 10
4 и 18	9 и 10
7 и 17	10 и 20

- Первый вариант записывает первый столбик, второй вариант второй столбик.

(Два ученика работают у доски; решая примеры, они распределяют картинки с изображением продуктов питания по группам)

разрушают здоровье

укрепляют здоровье



(пепси-кола, гамбургер, попкорн, чипсы)

(овощи, фрукты, молочные продукты, рыба)

- Итак, этот задание мы выполнили, кто догадался о «секретике» 2-го лучика?

Правильно
питайся!

- Почему молоко, фрукты, овощи и рыба укрепляют здоровье?
(Эти продукты богаты витаминами)
- В народе говорят: «Что пожуёшь, то и поживёшь». Как вы понимаете эти слова?

Работа с учебником. Решение примеров с записью в тетради.

Упражнение для глаз «Светофор».

Для его выполнения необходимо поочередно закрывать сначала один (левый) , а затем второй (правый) глаз. Затем следует подвигать глазами вверх и вниз. Выполнять их надо не наклоняя головы....

А) Откройте учебник на стр. 68 № 3 Переходим к решению примеров (1 и 2 столбики)

$$\begin{array}{r} 36 + 42 \\ 44 - 13 \end{array} \quad \begin{array}{r} 69 - 21 \\ 52 + 15 \end{array}$$

- Молодцы, справились с заданием.
- Какое нам нужно ещё принять решение?



- Выбираем, что нужно для нашего здоровья.
- Почему так говорят «движение-это жизнь»? (Малоподвижный образ жизни вредит здоровью)
- Что значит много двигаться? (делать зарядку, играть в подвижные игры, заниматься физкультурой, закаляться.)
- В народе говорят «Двигайся больше – проживёшь дольше».
- Засиял ещё один лучик на нашем солнышке!



VII. Физминутка

- Пришло время и нам подвигаться!

Солнце глянуло в окошко

Раз, два, три, четыре, пять.

Все мы делаем зарядку,

Надо нам присесть и встать.

Руки вытянуть пошире

Раз, два, три, четыре, пять.
Наклоняться три – четыре.
И на месте поскакать
На носок, на пятку
Все мы делаем зарядку.

VIII. Решение уравнений с комментированием и записью в тетради.

№ 6 (1) стр. 65

- Переходим к выбору в пользу здоровья.
- Что выберем из предложенных высказываний?

Нет вредным
привычкам!

Человеку
можно всё!

- Какие привычки называют вредными? (курение, употребление спиртного и наркотиков)
- Почему они вредные?
- Почему же тогда многие заводят эти привычки?
(простое любопытство, следовать моде, пример сверстников, родителей)
- Какие пословицы о вреде курения вы знаете? (Курить – здоровью вредить!)
- Я открываю 4-й лучик, а там надпись. Читаем хором:

- Какой выбор сделаем?

Хорошее
настроение –
жизни
продолжение

Избавляться
от плохого
настроения
совсем не
обязательно

НЕ заводи
вредных
привычек!!!

- Почему выбрали хорошее настроение?

(Доктор Хорошее настроение советует: жизнерадостный человек быстрее справляется с трудностями. Смех и хорошее настроение могут даже лечить некоторые болезни. Появилась такая наука – **гелатология** – наука о смехе. 1 минута смеха приносит столько же пользы, сколько 1 урок физкультуры, по мнению немецких исследователей.)

- Каким образом можно создать хорошее настроение?

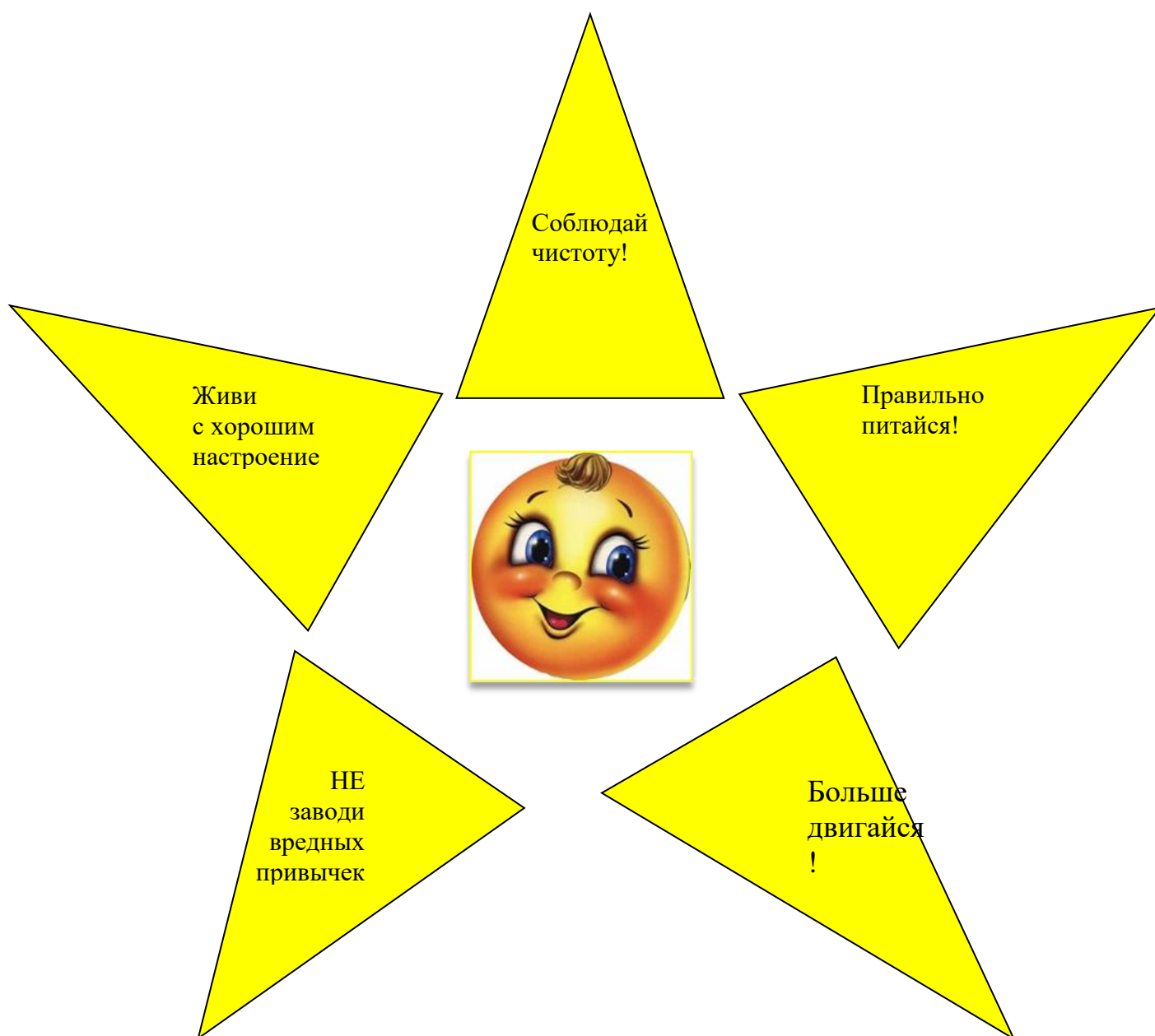
(Прежде всего, положительные эмоции нужно получать в семейном кругу:

походы в кино, отдых на природе, говорить добрые, ласковые слова, смотреть больше детских передач, а не боевиков и ужасиков, превратить свою комнату в комнату хорошего настроения, чаще улыбаться, быть уверенными в себе).

- Я желаю, чтобы всегда у вас было хорошее настроение, больше улыбайтесь друг другу, смейтесь. Ведь не зря говорят «Смех продлевает жизнь».

-Посмотрите от ваших радостных лиц наше солнышко засветило ярко-ярко!

Я буду здоров, если я буду...



IX. Итог урока.

Что мы сегодня делали на уроке?

- Мы слушали? Да.

- Мы решали примеры? Да.
- Какие математические задания выполняли?
- Мы говорили? Да.
- Мы решали задачи? Да.
- Мы писали? Да.
- Что понравилось на уроке? Со всеми заданиями справились?
- Закончите предложение:
Я буду здоров, если я буду... (ещё раз читают правила ЗОЖ на лучиках)

Х. Рефлексия.

- Если вам урок понравился, то можно подойти и на память взять памятки о здоровом образе жизни.