**Конспект внеклассного занятия**

**внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления на тему:**

**«Обеспечение безопасности и охрана здоровья»**

**(игра-путешествие)**

**(2класс)**

**Учитель начальных классов:**

**Шевырева Т.П.**

**г. Смоленск**

**Тема: Обеспечение безопасности и охрана здоровья**

**(игра-путешествие по городу Здоровейску)**

**Цель:** формировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни; познакомить учащихся с правилами, помогающими сохранить здоровье и обеспечить собственную безопасность.

**Задачи:**1. Воспитание интереса к здоровому образу жизни.

2.Развитие общей культуры личности учащихся, расширение кругозора.   
3. Закрепление знаний правил личной гигиены.

4.Пропаганда здорового образа жизни.

**Оборудование:** рисунки детей, фломастеры, листы бумаги, рисунок – плакат «Мы за здоровый образ жизни», предметные картинки с изображением разных видов отдыха.

**Содержание занятия**

Занятие начинается с обсуждения вопросов:

- Почему здоровье человека – его важнейшее богатство?

- Что значит иметь хорошее здоровье?

- Почему здоровье надо беречь?

- Зависит ли успех труда от здоровья человека?

- Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье на долгие годы?

Далее – *игра-путешествие*.

- Сегодня на занятии мы поговорим о том, как сохранить свое здоровье на долгие годы, как защитить себя от опасностей.

Учитель предлагает детям отправиться в путешествие по городу Здоровейску вместе с доктором Пилюлькиным (учитель надевает на руку куклу и озвучивает доктора измененным голосом).

Доктор П.: Здравствуйте, ребята! Как я рад вас видеть! А что привело вас в наш город?

Учитель: Мы хотели бы побольше узнать о том, как быть здоровым долгие годы, и что нужно делать в случае опасности, которая подстерегает нас дома и на улице.

Доктор П.: сохранить свое здоровье помогает *режим дня.* Режим – это распорядок дел в течение дня. Посмотрите на этот плакат (вывешивается плакат «Режим дня»).

Дети по цепочке читают записи на плакате.

Затем два-три ученика рассказывают о своем режиме дня.

Доктор П.: При составлении режима дня необходимо, чтобы учеба, работа сменялась отдыхом.

- Что такое отдых? Что значит отдыхать?

Зачем люди отдыхают? (Дети отвечают).

- Можно ли отдохнуть, читая книгу, просматривая телевизионные передачи?

- Можно ли считать отдыхом занятия спортом: бег, прыжки, подвижные игры?

Доктор П.: чтобы человек работал качественнее, результативнее, ему необходимо отдыхать, полезно чаще менять вид деятельности.

**Вывод:** отдых – это проведение времени без обычной работы для восстановления сил. Чтобы человек хорошо трудился, работал качественнее, ему необходимо отдыхать. Существуют разные виды отдыха. Если человек занят физическим трудом, то он может отдохнуть, читая книгу, рисуя картину, посещая кино, просматривая телепередачи. Если человек занят умственным трудом, то он отдыхает, занимаясь подвижными упражнениями, спортом.

Но есть такие занятия, которые могут быть и профессиональными, и одновременно увлекательными для отдыха, например, петь, шить, фотографировать, рисовать и т.п.

**Задание.** *Работа по карточкам.*

Учитель показывает предметные картинки с изображением разных видов отдыха.

- Какие виды отдыха изображены на картинках?

- Какой вид отдыха вам больше нравится? Почему?

- Какой вид отдыха, по вашему мнению, является самым полезным, придает больше сил для работы, укрепляет здоровье?

Так же можно прочитать отрывки из стихотворений А.Барто и С.Михалкова, показать детям разные виды отдыха.

1. Мы ходили по грибы,

Забирались под дубы…

2. На площадке для крокета

Чуть не с самого рассвета

Начинается игра…

3. Туфли – босоножки

Песчаные дорожки,

В море теплая вода –

Детвора бежит сюда.

4.Взял художник краски

Рисует на терраске.

Олег рисует корабли

И берег вдалеке,

И пальму синюю вдали

И лодку на песке.

5.Тихо тикают часы.

Это сон насчет осы?

Я осу во сне ловлю

Засыпаю…

Сплю …

6. Отложи, приятель, книжку,

Отдохнем с тобой часок.

Мы возьмем коньки под мышку

И вприпрыжку на каток!

7. Со здоровьем дружен спорт,

Стадион, бассейны, корт,

Зал, каток – везде вам рады.

За старание в награду

Будут кубки и рекорды.

Станут мышцы наши тверды.

- Различные игры, отдых на море, сбор грибов, здоровый, крепкий сон, занятие спортом – все это полезный отдых.

- Скажите, ребята, а можно ли так отдыхать?

1. Стадион громадный

До отказа полн,

Вот идут команды.

Буря! Рокот волн!

Как начнут в ворота

Забивать мячи,

Дожидайся счета

Топай и кричи.

Крики на трибунах,

На трибунах гром,

Это невозможно

Описать пером!

2. Наша старшая сестра

Вяжет с самого утра.

Даже ночью ей не спится:

Под подушку прячет спицы,

Ночью сядет на кровать –

В темноте начнет вязать.

**Вывод:** отдыхать нужно разумно, с пользой.

Далее учитель читает стихотворение:

Двор очищен от камней,

Стал он шире и ровней.

Все ребята с тачками,

Глиной перепачканы.

Удивляются жильцы:

- Дружная работа!

Вот так наши сорванцы!

Подменил их кто-то!

И Володя здесь с утра,

Он пришел хромая,

Но и он за маляра –

Красит дверь сарая.

- Нужен ли отдых детям после такой работы?

*(Ответы детей).*

Петя взял «Родную речь»

На диван решил прилечь.

- Дайте что-нибудь принять …

Витамины что ли …

Слабость чувствовал опять

Я сегодня в школе.

Мать меняется в лице,

Витамины А, Б, Ц

Предлагает Пете.

(Витамины А, Б, Ц

Очень любят дети).

Мать на Петеньку глядит

И, вздохнув украдкой,

Просит: пусть он не сидит

Долго над тетрадкой.

- Что ж, пожалуй, ты права, -

Стонет хитрый малый. –

Отдохну часочка два …

Я такой усталый!

Сунул в шкаф

«Родную речь»,

И гора свалилась с плеч.

Витамины А, Б, Ц

Катает кошка на крыльце.

- Почему Пете отдых не нужен?

(*Ответы детей.*)

Затем идет работа с пословицами:

«Кончил дело – гуляй смело».

«Делу время, потехе - час».

«Без труда и отдых не сладок».

«За все браться – ничего не сделать».

«Не привыкай к безделью, учись рукоделью».

Дети объясняют их смысл и выбирают те, которые подходят к теме занятия.

Далее учитель организует беседу по вопросам:

- Как вы отдыхаете?

- Расскажите, как отдыхает ваша семья.

- Чем вы любите заниматься в свободное время? Чем увлекаетесь вы и ваши родители?

- Как можно еще отдыхать?

**Творческая практическая работа.**

*Задание.* Нарисуйте на альбомном листе, как отдыхает ваша семья; чем увлекается.

Проверка.

Дети показывают свои рисунки, комментируют их, делятся впечатлениями.

Доктор П.:Итак,- Зачем люди отдыхают?

- Какой вы можете назвать полезный вид отдыха?

Доктор П.: А еще нашими помощниками в сохранении здоровья являются *личная гигиена* (действия, которые мы выполняем, чтобы поддерживать наше тело в чистоте), правильное питание (разнообразное) и движение.

Доктор Пилюлькин предлагает детям выполнить *физкультминутку.*

Вот мы руки развели,

Словно удивились,

И друг другу до земли

В пояс поклонились.

Ниже, дети, не ленитесь,

Поклонитесь, улыбнитесь.

Буквой «л» расставим ноги,

Точно в танце – руки в боки.

Наклонитесь влево, вправо.

Получается на славу!

- Ребята, запомните, чтобы быть здоровым долгие годы, надо соблюдать режим дня, личную гигиену, правильно питаться и больше двигаться.

Далее идет беседа о бытовых опасностях.

**Загадка**

Шипит и злится,

Воды боится,

С языком, а не лает,

Без зубов, а кусает. (Огонь)

- Что нужно делать, если в доме возник пожар? (Ответы детей).

Если вдруг пожар возник,

То звонить обязан вмиг,

Как и всякий гражданин

В часть к пожарным «01».

**Загадка.**

Только я, только я,

Я на кухне главная.

Без меня, как не трудитесь,

Без обеда насидитесь.

(Плита)

- Что нужно и чего нельзя делать, если почувствуешь в квартире запах газа? (Нельзя зажигать спички, включать свет; надо проветрить квартиру и от соседей позвонить в газовую службу «04»).

Загадка

Как начнет говорить – разговаривать,

Надо чай поскорее заваривать,

Да пальцы беречь – не обваривать.

(Кипяток)

- Что надо делать, если чайник с кипятком опрокинулся и ты получил ожоги?

(Срочно вызвать «скорую помощь» по «03»).

Далее идет обсуждение поговорки.

*Не всякий встречный – друг сердечный.*

- Как вы понимаете эту поговорку?

(Ответы детей).

Предложите детям вспомнить сказки «Колобок», «Волк и семеро козлят», где излишняя доверчивость к незнакомцам привела к печальным последствиям.

- Что надо делать, если незнакомый человек пытается проникнуть в твою квартиру, а ты дома один? (Позвонить в милицию «02»).

**Вывод:** в случае опасности надо обращаться в специальные службы (газа, скорой помощи, милиции, пожарной), которые оказывают услуги экстренной помощи.

**Итог.**

В конце занятия подводятся итоги игры-путешествия и награждаются призами наиболее активные дети.

- Почему надо беречь здоровье?

- Зачем надо соблюдать режим дня?

- Для чего человеку нужен отдых?

- Что надо делать, чтобы быть здоровым и крепким?

- Какие службы оказывают услуги экстренной помощи?